



Tibetan Buddhist Resource Center

Text Scan Input Form - Title Page

<b>Work:</b>	W1KG23421	<b>ImageGroup:</b>	I1KG26292
<b>LCCN:</b>	n/a	<b>ISBN:</b>	9789380359878

<b>Title:</b>	ཆེད་དུ་བརྗོད་པའི་ཚམས་ཀྱི་རྣམ་པར་འགྲེལ་པ། ched du brjod pa'i tshoms kyi nam par 'grel pa/
<b>Author:</b>	ཤེས་རབ་གོ་ཆ shes rab go cha
<b>Descriptor:</b>	n/a
<b>Original Publication:</b>	nang chos deb phreng /;11-15
<b>Place:</b>	dharamsala, h.p.
<b>Publisher:</b>	bod kyi dpe mdzod khang /
<b>Date:</b>	2013
<b>Volume:</b>	9
<b>Total Volumes:</b>	
<b>TBRC Pages:</b>	2
<b>Introductory Pages:</b>	n/a
<b>Text Pages:</b>	n/a
<b>Scanning Information:</b>	Scanned at M/S Satluj Infotech Images, E-45, Sector 27 Noida, District Gautam Buddha Nagar, U.P. 201301 via New Delhi, IN for the Tibetan Buddhist Resource Center, 150 17th st., New York, NY 10011, U.S.A 2006. Comments: 4/2016





ཨ-༡

D35311

བདེ་བའི་ཆོས་སྐད་སེམས་ཀྱི་ཆོས་སྐད་  
གཉིས་ཀྱི་རྣམ་པར་འབྲེལ་པ།

སློབ་དཔོན་ཤེས་རབ་གོ་ཆ།



༡༡། བདེ་བའི་ཚུལ་དང་སེམས་ཀྱི་ཚུལ་གཉིས་ཀྱི་  
རྣམ་པར་འགྲེལ་བ་བཞུགས་སོ།།

(9)

སློབ་དཔོན་ཤེས་རབ་གོ་ཆ།

བོད་ཀྱི་དཔེ་མཛོད་ཁང་།

© 2016 Library of Tibetan Works & Archives  
All rights reserved.

བདེ་བའི་ཚམས་དང་སེམས་ཀྱི་ཚམས་གཉིས་ཀྱི་  
རྣམ་བར་འགྲེལ་བ།

Series title: *nang chos deb phreng Vol. 19*  
Volume title: *bde ba'i tshoms dang sems kyi tshoms  
gnyis kyi rnam par 'grel pa*  
Subject: Root text and Commentary on Udānavarga  
from Sukhavarga and Cittavarga  
Author: *She rab go cha*

བྱི་ལོ་ ༡༠༡༤ ལོར་དཔར་ཐངས་དང་པོ་བསྐྱུན།

ISBN: 978-93-83441-77-8

Published by Library of Tibetan Works & Archives,  
Dharamsala and printed at VEE ENN PRINT-O-PAC,  
A-5, New Delhi-110020.

བོད་ཡིག་ལྟར་བྲིས་པ།

Class No: 8-1

Acc. No. D: D353 11

ཨ་ཁུ་ལྟར་བྲིས་པ།

ཨ་ཁུ་ལྟར་བྲིས་པ།

## དཀར་ཆག

དབར་སྐྱོན་གསལ་བཤད། .....	v
༡ ཆེད་དུ་བརྗོད་བའི་ཆོས་ས་ལས་བདེ་བའི་ཆོས་ས་ཞེས་བྱ་བ། .....	1
༢ ཆེད་དུ་བརྗོད་བའི་ཆོས་ས་ཀྱི་རྣམ་པར་འགྲེལ་བ་ལས་ བདེ་བའི་ཆོས་ས་ཀྱི་འགྲེལ་བ། .....	17
༣ ཆེད་དུ་བརྗོད་བའི་ཆོས་ས་ལས་སེམས་ཀྱི་ཆོས་ས་ཞེས་བྱ་བ། .....	75
༤ ཆེད་དུ་བརྗོད་བའི་ཆོས་ས་ཀྱི་རྣམ་པར་འགྲེལ་བ་ལས་ སེམས་ཀྱི་ཆོས་ས་ཀྱི་འགྲེལ་བ། .....	93
དབར་སྐྱོན་སྐྱོན་ཆེག .....	149





## དབར་སྐྱོན་གསལ་བཤད།

༡༡། །ད་ལས་འདིར་ཆེད་དུ་བརྗོད་པའི་ཆོས་ས་ཀྱི་རྣམ་པར་འགྲེལ་བ་འདི་ཉིད་ཅ་  
འགྲེལ་དུ་གྲུས་གཅིག་ཏུ་སྦྱར་ཏེ་དབར་སྐྱོན་ཞུ་བཞིན་པའི་དགོས་དམིགས་ཀྱི་ཐད་  
ནས་ཆོག་གཅིག་གཉིས་ཀྱི་གཞུས་ན། ཆེད་དུ་བརྗོད་པའི་ཆོས་ས་འདི་ནི་སངས་  
རྒྱུ་བཙུངས་ལྡན་འདས་ཀྱི་གདམས་པའི་ཉིང་བཅུད་དག་སྟོན་གཅིག་ཏུ་བསྐྱུས་  
པ་ཞིག་ཡིན་པས། གསུང་རབ་ཀྱན་གྱི་སྤྱིང་པོ་ལྟ་བུར་བྱུར་པ་སོགས་ཆེས་མདུན་  
བྱང་བའི་དགོ་པན་ཕྱན་སྐྱུ་ཆོགས་པར་བཞུགས་པ་དག་ནི་སྟོང་པམན་བདག་ལྟ་  
བུས་ཆ་ཙམ་ཡང་བརྗོད་པར་མི་སྟོབས་ནའང་། གཞུང་འདི་ལ་བྱུར་ཙམ་བལྟས་པ་  
ལས་ཐོབ་པའི་པན་ཡོན་རགས་པ་འགའ་ཞུས་ན།

མི་རྟག་པའི་ཆོས་ས་ཀྱི་འགྲེལ་བ་རང་དུ། བདེ་བར་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་  
ཀྱི་ཞལ་ནས་གསུངས་པའི་ཆོགས་བཅད་འདི་དག་བསྐྱུ་བ་བྱས་སོ། །ཞེས་གསུངས་  
པས། ཆེད་དུ་བརྗོད་པའི་ཆོས་ས་འདི་ནི། བདེ་བར་གཤེགས་པ་དག་གིས་ཐོར་བྱ་  
ཐོར་བྱར་གསུངས་པ་རྣམས། དག་བཙུངས་པ་ཆོས་སྟོབ་ཀྱིས་ལེགས་པར་བརྟུས་  
ཤིང་། བརྗོད་དོན་མི་འདྲ་བའི་སྟོན་པ་མ་པོ་བཞི་དང་ལེའུ་སོ་གསུམ་ཅན་གྱི་བདག་  
ཉིད་དུ་བསྐྱེགས་པ་ཞིག་ཡིན་པས་བརྗོད་བྱའི་དོན་སྟོན་ཤིན་ཏུ་འཛོམས་ཤིང་། དབར་  
པོ་རབ་འཕྲིང་ཐ་གསུམ་སུ་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ནའང་རུང་། ཁམས་དང་མོས་པ་མི་འདྲ་བ་  
གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ནའང་རུང་། མདོར་བསྐྱུས་ན་གཞུང་འདི་དུ་སོ་སོའི་ཉེར་སྟོན་གྱི་

ལྟ་བུ་དང་མཐུན་པའི་བརྗོད་བྱ་ཁོལ་བྱུང་གིས་འདེམས་རྒྱ་ཡོད་པ་མ་ཟད། སྐབས་  
དང་འཆམ་པའི་དཔེ་མཆོན་མཐུན་སྦྲེད་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་ལེགས་པར་གདམས་འདུག་  
སྟབས། གཅིག་ཤེས་ཀྱན་གྱིས་ཐུབ་པའི་གཞུང་མཆོག་ཆེད་དུ་བྱུང་བ་ཞིག་རེད། མ་  
ཟད་སྐབས་བབ་ཀྱི་གདུལ་བྱའི་དགེ་སྦྱོན་ལ་གཞིགས་ཏེ་ཐད་ཀ་ཐད་ཀར་གདམས་པ་  
ཞིག་ཅིག་ཡིན་པས། ཡིད་ལའང་ཏ་ཅང་གི་འབབ་ཆེ་བ་ཞིག་མིན་ནམ་སྟམ་བ་བྱུང་།

དེ་དང་ཚུགས་མཚུངས། སྤྱིར་ན་གསུང་རབ་ལྟ་སྟོག་གྲེད་རྒྱུར་ཡིད་སྦྱོར་བ་  
དག་ལ་ནི། སྟོགས་པམ་གྱི་བམ་ཁ་སྒབ་མཐུག་ཙམ་ཞིག་གིས་སྟོག་གྲོ་མིན་གྱི་  
ཤུགས་རྒྱུན་ཆེར་མི་ཐེབས་མོད། འོན་ཀྱང་བདག་དང་བདག་འདྲ་བ་ལེ་མའི་མགོ་  
འབང་ཆེས་མཐོ་ཞིང་རྟག་གསུམ་གྱི་བཙོན་པ་ཏ་ཅང་ཉམ་དམའ་བ་དག་ནི། རྒྱས་  
བཤད་ལས་མདོར་བསྟུས་ལ་མོས་ཤིང་མང་བ་ལས་ཉུང་ལ་དགའ་བས། སྟོགས་  
པམ་གྱི་བམ་ཁ་ཆེ་བ་ལ་འཛིགས་པ་དག་གསུང་རབ་ལྟ་སྟོག་ལ་ཡི་ག་འཁོར་ཞིང་།  
གདམས་པའི་སྤྱིར་དོན་ལ་ཐོས་པས་སྟོན་གསུམ་གྱི་སྦྱོར་བ་འཕེལ་ཕྱིར། ཐོད་  
ཆེན་གཉིས་ཀྱི་བདག་ཉིད་དུ་བཞུགས་པའི་ཆེད་དུ་བརྗོད་པའི་ཚོམས་ཀྱི་རྣམ་པར་  
འགྲེལ་བ་འདི་ཉིད། སྒབ་མཐུག་འཆམ་ལ་ཆེ་རྒྱུང་རན་པ་སོགས་ལག་ཏུ་ལེན་བདེ་  
པའི་ནང་ཆོས་དཔེ་ཐེང་བཅུ་ཙམ་གྱི་ནང་བགོ་འགྲེམས་ཀྱིས་རིམ་བཞིན་དཔར་  
འགྲེམས་ཞུ་བཞིན་པའི་ཁོངས་ནས། སྐབས་དོན་བདེ་པའི་ཚོམས་དང་སེམས་ཀྱི་  
ཚོམས་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་པར་འགྲེལ་བ་འདི་ནི་ནང་ཆོས་དཔེ་ཐེང་བཅུ་དགུ་པའི་རོ་  
ཐོར་བཀོད་ཡོད།

ད་དུང་བརྗོད་འདོད་པ་ཞིག་ལ། མི་རྟག་པའི་ཚོམས་སྟུ། ཁ་ཅིག་མངལ་དུ་  
འཆི་བར་འགྱུར། །དེ་བཞིན་ཁ་ཅིག་བཙས་པའི་སར། །དེ་བཞིན་ཁ་ཅིག་གོག་

ཙམ་ན། །དེ་བཞིན་ཁ་ཅིག་ཡོངས་རྒྱལ་ན། །ཞེས་སོགས་ཆོགས་བཅད་མང་ཆེ་བ་  
 ཞིག་མངོན་བརྗོད་དང་ཆོག་རྒྱན་གྱིས་མ་བརྒྱན་པར། དུས་རྒྱུན་ཕྱི་ཆོའི་ཉིན་རེའི་  
 འཆོ་བའི་ཁྱོད་ན་མཆོམས་མི་ཆད་པར་མིག་མཐོང་ལག་ཟེན་གྱིས་མངལ་རྒྱ་ཡོད་  
 བ་དག །ཐེང་འདྲིན་ར་སྤྲོད་ཀྱི་ལམ་ནས་གསུངས་འདུག་པས་སྒྲོག་པ་པོའི་སེམས་  
 ལ་ཕན་ཆེ་བ་མ་ཟད། གཞུང་འདིའི་ཆོགས་བཅད་པལ་མོ་ཆེའི་འབྲེལ་བའི་སྐབས་  
 སུའང་། གདམས་བ་དེ་དག་གསུངས་དགོས་པའི་སྐྱེད་གཞི་དང་། གསུང་ཡུལ། མི་  
 སྤྲོད་དང་། བྱང་རབས་སོགས་གསལ་བར་བཀོད་ཡོད་སྐབས། གཞུང་འདིར་ལྟ་སྒྲོག་  
 བྱས་བ་དང་མཉམ་དུ་སངས་རྒྱས་བཙུག་ལྡན་འདས་ཀྱི་མཛད་པ་ནམ་ཐར་དག་  
 །ཀྱང་ཞོར་དུ་ངེས་སུ་བ་ཞིག་ཡོད་པས་གཅིག་གོ་བཅུ་ཆོད་དུའང་གྲུབ་འདུག་ཅེས་  
 ཞུ་འདོད་བྱུང་།།

དེ་ལྟར་ཆོམས་ཀྱི་རྣམ་པར་འབྲེལ་བ་འདི་ནི་འདི་གའི་ལས་བྱེད་ཀྱི་ར་བྱ་སྒྲོལ་  
 མ་ལགས་ཀྱིས་སྒྲོག་སྒྲུབ་དུ་བཅུག་ཅིང་། སྤྱི་ཁྱབ་འགན་འཛིན་དགེ་བཤེས་ལྷག་  
 རྟོན་མཆོག་གིས་སྐྱགས་ཁུར་ཆེན་པོས་ཆོམས་ཀྱི་ཅ་ཆོག་དག་འབྲེལ་བ་འདིའི་  
 ཐད་སོ་ཐད་སོར་བཅུག་སྟེ་ཐ་མའི་ཞུ་དག་ཀྱང་མཛད་པས་ཚུགས་གང་ཐད་ནས་  
 ལུན་སུམ་རེ་ཆོགས་སུ་བྱིན་ཡོད།།

བཞུགས་སྐར་བོད་ཀྱི་དཔེ་མཛོད་ཁང་ནི། ཡལོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོའི་  
 རྒྱ་མེད་ཀྱི་དགོངས་གཞི་ལས་གྲུབ་ཅིང་། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༡ ལོ་ནས་ད་བར་ཆོས་རིག་གི་  
 གསུང་རབ་རི་སྟེང་ཅིག་དཔར་དུ་བསྐྱུན་ཡོད་ཅིང་། བར་ལམ་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༠ ཙམ་  
 ལོ་སོ་སོ་རིག་དང་ནང་ཆོས་ཀྱི་འབྲེལ་བའི་སྟེང་ཉམས་ཞིབ་དང་བོད་འགྱུར། བོད་  
 ཀྱི་ནང་པའི་ན་གཞོན་རིས་མེད་དགེ་འདུན་གྲངས་བཅད་ལ་ཆོན་རིག་གི་ཐབ་སྦྱོང་།

༡༠༠༥ ཅམ་ནས་ནང་བསྐྱེད་གསུང་འགྲུར་གྱི་ཟབ་སྦྱོང་རྒྱུ་སྦྱོང་གནང་བཞིན་པ།  
གསུང་ཆོས་འཛིན་གྲུ་འཕར་མ་དབྱ་འཛུགས་ཁྱེས་པ་བཅས་ནི་ལས་གཞི་འཕར་མ་  
གསར་གཏོད་ཁྱེས་པའི་དཔེ་མཆོན་ཅམ་ཡིན། ལས་གཞི་དེ་དག་ཐམས་ཅད་འདི་གའི་  
འགན་འཛིན་དག་བཞེས་ལྷག་དོར་མཆོག་གི་ཐད་ཀའི་གཞིགས་རྟོག་འོག་ལས་དོན་  
སྦྱུང་བཞིན་པ་ལགས་སོ།།

མཐའ་དོན། ལྷ་མི་ལོར་གོང་ས་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་སྐྱ་ཆེ་བསྐྱེད་  
བརྒྱུ་བརྟན་ཅིང་བོད་ཀྱི་བདེན་མཐའ་སྐྱུར་དུ་གསལ་བའི་སློན་འདུན་དང་བཅས།  
བོད་ཀྱི་དཔེ་མཆོད་ཁང་གི་རིག་གཞུང་ཉམས་ཞིབ་དང་བོད་ཡིག་དཔར་སྐྱེད་སྡེ་  
ཆོན་གྱི་སྤེལ་བ་དག་སློང་ངེས་དོན་རྒྱ་མཆོས་རབ་གནས་རྩ་མོ་སྐྱེད་ཀྱི་ལ་ཉེ། ཕྱི་  
ལོ་ ༡༠༡༣ ཕྱི་ཟླ་ ༠༩ ཆོས་ ༡༥ ཉིན་གྱིས་བ་དག་ལེགས་སུ་གྱུར་ཅིག།

༡༡། ཆེད་དུ་བརྗོད་པའི་ཚཱམས་ལས་བདེ་བའི་ཚཱམས་  
ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།།

རྒྱལ་བ་ལས་ནི་འཁོན་བྱུང་ཞིང་།།  
ཕ་རོལ་ཕམ་བ་སྤྱག་བསྐལ་འཛོལ།།  
རྒྱལ་དང་ཕ་རོལ་ཕམ་སྤངས་ན།།  
ཉེ་བར་ཞི་བའི་བདེ་བ་འཛོལ།།

གཞན་ལ་སྤྱག་བསྐལ་བསྐྱེད་བ་ཡིས།།  
གང་ཞིག་བདག་ནི་བདེ་འདོད་བ།།  
དག་དང་མི་འབྲལ་འགྲོགས་བ་དང་།།  
དེ་ནི་སྤྱག་བསྐལ་ལས་མི་འགྲོལ།།

བདེ་བ་འདོད་ཕྱིར་འབྱུང་པོ་ལ།།  
གང་ཞིག་འཆེ་ཞིང་ཆད་པས་གཙོད།།  
བདག་གི་བདེ་བ་འདོད་བ་དེ།།  
ཕ་རོལ་ཏུ་ནི་བདེ་མི་འབྱུང།།

གང་ཞིག་བདེ་བ་འདོད་པ་དག།  
 འབྱུང་པོ་ལ་ནི་མི་འཆེ་ཞིང་།།  
 ཆད་པས་མི་གཅོད་བདེ་འདོད་པ།།  
 དེ་དག་པ་རྩལ་བདེ་བ་འཛོལ། ༤།

ཆོས་སྤྱོད་ལེགས་པར་སྤྱད་བྱ་ཞིང་།།  
 ཉེས་པར་སྤྱད་པ་དེ་མི་སྤྱོད།།  
 འཇིག་རྟེན་འདི་དང་པ་རྩལ་ཏུ།།  
 ཆོས་སྤྱོད་པས་ནི་བདེ་བ་འཛོལ། ༥།

ཆོས་ལ་ལེགས་སྤྱོད་བདེ་སྤྱོད་པས།།  
 ཆོས་སྤྱོད་ཆོས་ཀྱིས་བསྐྱུང་བར་བྱ།།  
 ཆོས་སྤྱོད་དན་འཁོར་མི་འཁྲོ་བ།།  
 ཆོས་ལ་ལེགས་སྤྱོད་ཐན་ཡོན་དེའོ། ༦།

ཡངས་པའི་གདུགས་ཀྱིས་དབྱར་ཁ་སྒྲར།།  
 ཆོས་སྤྱོད་ཆོས་ཀྱིས་བསྐྱུང་བར་བྱ།།  
 ཆོས་སྤྱོད་དན་འཁོར་མི་འཁྲོ་བ།།  
 ཆོས་ལ་ལེགས་སྤྱོད་ཐན་ཡོན་དེའོ། ༧།

བག་མེད་མི་ཡིས་ཆོས་མིན་སྟེན་ན་ནི།  
 འགྲོ་བ་གང་ཡང་རུང་བ་ངན་འགྲོར་འགྲོ།  
 འདི་ན་སྤྱུལ་ན་ག་ཞེད་ནས་བརྒྱུད་བ་ལྟར།  
 ཆོས་མིན་སྟེན་པ་དེ་དག་རྒྱལ་བར་འགྱུར། །

ཆོས་དང་ཆོས་མིན་གཉི་ག་ཡི།  
 རྣམ་སྒྲིན་འདྲ་བར་མི་འགྱུར་ཏེ།  
 ཆོས་མ་ཡིན་པས་དཔྱུལ་བར་འགྲོ།  
 ཆོས་ཀྱིས་བདེ་འགྲོ་ཐོབ་བར་བྱེད། །

སྒྲིན་བ་བྱེད་བའི་དུས་དང་གཡུལ་འགྱེད་དུས།  
 རྒྱ་ཡིས་ཡོངས་སུ་བརྒྱུད་བར་འདྲ་བས་ན།  
 སྒྲིན་བ་བྱེད་དང་གཡུལ་འགྱེད་འདྲ་ཞེས་གསུངས།  
 ཡོན་ཏན་དེ་གཉིས་མི་ངན་རྟེན་མི་བྱེད། ༡༠།

ཤིན་རུ་ལེགས་པར་ཆས་བ་གཅིག་ཕུས་ཀྱང་།  
 ལེགས་པར་མ་ཆས་འབྲེས་ལས་རྒྱལ་བྱེད་ལྟར།  
 གལ་ཏེ་དད་བསྐྱེད་རྒྱུ་དུ་བྱིན་པས་ཀྱང་།  
 དེས་ནི་དེ་དག་གཞན་དུ་བདེ་བར་འགྱུར། ༡༡།

འདི་ན་ལན་བརྒྱར་གཡུལ་སྒྲོག་དབང་པོ་བས།  
 སེར་སྒྲ་དགར་གྱུར་ཟེལ་གྱིས་མནན་ནས་སྟ།  
 གང་ཞིག་ཆགས་མེད་སེམས་གྱིས་སྦྱིན་བྱེད་བ།  
 དེ་དག་ཆེས་དབང་ཡིན་པར་ངས་གསུངས་སོ། ༡༢།

བསོད་ནམས་རྣམ་སྤྲིན་བདེ་བ་སྟེ།  
 མངོན་པར་བསམས་པ་འབྱོར་བར་བྱེད།  
 སྒྱར་དུ་ཞི་བ་དམ་པ་ཡི།  
 སྤྱང་ན་འདས་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར། ༡༣།

བསོད་ནམས་བྱེད་པ་རྣམས་ལ་ནི།  
 གཞན་ལས་བྱང་བའི་གཞོད་པ་དང་།  
 ལྷ་དང་བདུད་གྱི་རིས་རྣམས་གྱིས།  
 བར་ཆད་བྱ་བར་མི་རུས་སོ། ༡༤།

གལ་ཏེ་སྤྱག་བསྐྱེད་ཟད་བྱའི་བྱིར།  
 འཕགས་དང་ཤེས་རབ་གཏོང་ལྡན་ལ།  
 དེ་ཡིས་འབད་ཚོལ་བྱས་ན་ནི།  
 ལྷག་མཐོང་གིས་ནི་རེག་པར་འགྱུར། ༡༥།



སེམས་ནི་རབ་རྩ་རྣམ་དང་བས།  
 ཚེས་ལ་དགའ་བྱེད་བདེ་བ་འཛོལ།  
 འཕགས་སེམས་གསུངས་བའི་ཚེས་དག་ལ།  
 མཁས་པ་རྟག་རྩ་དགའ་བར་བྱེད། ༡༤།

གང་དག་སེམས་ནི་བསམ་གཏན་དགའ།  
 གང་ཞིག་སྦྱེ་མེད་དགའ་བ་དང་།  
 རྣམ་པ་ཉེ་བར་གཞག་བཞི་དང་།  
 རྩུང་རྩུབ་ཡན་ལག་བདུན་དག་དང་། ༡༥།

རྩུམ་ལྷུ་རྩུང་པ་བཞི་རྣམས་དང་།  
 ཡན་ལག་བརྒྱད་ལམ་གང་དགའ་བ།  
 དེ་དག་ཚེས་གོས་འཆང་བ་དང་།  
 བསོད་སྦྱོམས་བདེ་བར་ཟ་བར་བྱེད། ༡༦།

དེ་དག་རི་དང་ནགས་ཚལ་ན།  
 བདེ་བར་འཆག་པར་བྱེད་བ་དང་།  
 དེ་དག་བདེ་འཛོལ་བདེ་བར་ནི།  
 མཐོང་བའི་ཚེས་ལ་སྦྱང་ན་འདལ།

འཁོན་དང་འཇིགས་པ་ཀུན་འདས་ཤིང་།  
འཇིག་རྟེན་ཡུལ་གྱི་སྲིད་ལས་ཀྱིས་༡༩།

ཆོས་ཐོས་པ་དང་མཐོང་བ་དང་།  
དཔེན་བར་དགའ་བ་བདེ་བ་སྟེ།  
འཇིག་རྟེན་སྟོག་ཆགས་འབྱུང་པོ་ལ།  
འཆེ་མེད་ཡང་དག་སྒྲུབ་པ་བདེ། ༢༠།

འདོད་པ་རྣམས་ལས་རབ་འདས་ཤིང་།  
འཇིག་རྟེན་འདོད་ཆགས་བྲལ་བ་བདེ།  
ངའོ་སྦྱུང་བའི་ང་རྒྱལ་དག།  
བརྟུལ་བ་དེ་དག་མཆོག་ཏུ་བདེ། ༢༡།

གས་ཁར་རྩལ་བྱིས་ལྡན་པ་བདེ།  
དད་ལ་རབ་ཏུ་གནས་པ་བདེ།  
དོན་ལྡན་ཆོག་ལ་དགའ་བ་བདེ།  
སྟོག་པ་མི་བྱེད་པ་དག་བདེ། ༢༢།

འཇིག་རྟེན་ན་ནི་མར་འཇིན་བདེ།  
 དེ་བཞིན་མར་ཡང་འཇིན་བ་བདེ།  
 འཇིག་རྟེན་དག་མྱོང་འཇིན་བ་བདེ།  
 དེ་བཞིན་བྲམ་ཟེར་འཇིན་བ་བདེ། ༡༣།

སངས་རྒྱས་རྣམས་ནི་འབྱུང་བ་བདེ།  
 དེ་བཞིན་ཚས་རྣམས་བསྐྱེད་བ་བདེ།  
 དག་འདུན་རྣམས་ནི་མཐུན་བ་བདེ།  
 མཐུན་བ་རྣམས་ཀྱི་དཀའ་ཐུབ་བདེ། ༡༤།

རྒྱལ་ཁྲིམས་ལྡན་བ་མཐོང་བ་བདེ།  
 མང་དུ་ཐོས་བ་མཐོང་བ་བདེ།  
 ཡང་སྲིད་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་ཡི།  
 དག་བཅོམ་བ་དག་མཐོང་བ་བདེ། ༡༥།

འཇུག་འོགས་བདེ་བའི་ཆུ་མུང་བདེ།  
 ཚམས་ཀྱིས་རྒྱལ་བའི་སྒྲེ་པོ་བདེ།  
 ཤེས་རབ་ཐོབ་པར་གྱུར་བ་བདེ།  
 ངོ་ང་རྒྱལ་ཟད་བ་བདེ། ༡༦།

འཕགས་པ་རྣམས་ནི་མཐོང་བ་བདེ།

དམ་པ་དག་དང་འགྲོགས་པ་བདེ།

བྱིས་པ་རྣམས་ནི་མ་མཐོང་ན།

རྟག་ཏུ་བདེ་བ་ཉིད་དུ་འགྱུར། ༡༧

རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་དག་འདྲ་བའི།

བྱིས་དང་འགྲོགས་པ་སྐྱག་བསྐྱལ་ཞིང་།

བྱིས་པ་དག་དང་འགྲོགས་བྱེད་བ།

ཡུན་རིང་རྗེས་སུ་འགྲོད་བར་འགྱུར། ༡༨

སྐྱེས་བུ་ཅང་ཤེས་དཀོན་པ་སྟེ།

དེ་དག་ཀུན་ཏུ་འབྱུང་མ་ཡིན།

བརྟན་པ་རྣམས་དང་འགྲོགས་པ་དག །

གཉེན་དང་ཐུང་བ་ལྟ་བུར་བདེ།

གང་དུ་བརྟན་པ་དེ་སྐྱེས་བ།

དེ་ཡི་རིགས་ཀྱིས་བདེ་བ་འཛོལ། ༡༩

བྱམ་ཟེ་སྐྱ་ངན་འདས་པ་དག།

རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་བདེ་བར་འཇུག།

གང་ཞིག་འདོད་པས་མ་གོས་ཤིང་།  
ཟག་མེད་རབ་ཏུ་རྣམ་གྲོལ་བ། ༣༠།

སྲིད་པ་ཐམས་ཅད་གཏུབས་པ་དག །  
སྦྱང་ལས་རིམས་ནད་རྣམ་པར་བསལ།  
སེམས་ཀྱིས་ཞི་བ་ཐོབ་པ་རྣམས།  
ཉེ་བར་ཞི་ཞིང་བདེ་བར་འཇུག་༣༡།

གང་ཞིག་བདེ་བ་ཡངས་འདོད་ཅིང་།  
བདེ་བ་རྒྱང་དུ་གཏོང་འདོད་པའི།  
བརྟན་པས་བདེ་རྒྱང་སྤང་བྱས་ན།  
བདེ་བ་ཡངས་པ་ལེགས་པ་མཐོང་། ༣༢།

འཇིག་རྟེན་འདོད་བདེ་གང་ཡིན་དང་།  
ལྷ་ཡུལ་བདེ་བ་གང་ཡིན་པས།  
སྲིད་པ་ཟད་པའི་བདེ་བ་དེའི།  
བརྟུ་དུག་ཆར་ཡང་མི་ཐོད་དོ། ༣༣།

ཁྱེད་གྱིས་སྤྱག་བསྐྱེད་སྒྲུབ་པས་ན།  
 ཁྱེད་ཐོར་ན་ནི་བདེ་བར་འགྱུར།  
 ཟླ་བའི་ཁྱེད་དག་ངེས་ཐོར་ན།  
 ཟླ་ནས་གཞན་དག་ལེན་མི་འགྱུར། ༣༤།

ཀྱན་སྦྱོར་ཐམས་ཅད་ཟད་བྱའི་ཕྱིར།  
 སྲིད་བ་ཐམས་ཅད་རབ་ཏུ་སྦྱོང་།  
 ཕྱང་པོ་ཐམས་ཅད་ཡོངས་ཤེས་ན།  
 སྲིད་བ་ཕྱི་མར་འཁྱོ་བ་མེད། ༣༥།

དོན་རྒྱུས་བསྐྱེད་པ་ལ་ནི་སྒྲིགས་ལྡན་བདེ།  
 སྒྲིག་དག་རབ་ཏུ་གྲུགས་ལ་བསོད་ནམས་བདེ།  
 ངན་ངོན་ཅམ་གྱིས་ལེགས་བར་ཆོག་ཤེས་བདེ།  
 སྤྱག་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་ངེས་བར་རུབ་བ་བདེ། ༣༦།

འདི་ན་མེ་ནི་འབར་བ་ལ།  
 ལྷགས་གྱི་ཐོ་བས་བརྒྱབ་བ་ཡིས།  
 དེས་གྱིས་ཉེ་བར་ཞི་འགྱུར་ཏེ།  
 དེ་ལྟར་སོང་བ་མི་ཤེས་ལྟར། ༣༧།

འདྲི་བའི་འདམ་ཐུ་བཀྲའ་ཅིང་།  
 གོ་འཕང་མི་གཡོ་ཐོབ་བ་དང་།  
 ལེགས་བར་རྣམ་བར་སྒོལ་རྣམས་ཀྱི།  
 འཕྲོ་བ་གདགས་སྲུ་མེད་བ་ཡིན། ༣༩

གང་ཞིག་ཁོང་ན་འཁྲུག་བ་མེད་བ་དང་།  
 གང་ཞིག་སྲིད་དང་སྲིད་མིན་ལས་ལོག་བ།  
 དེ་དག་འཛིགས་བྲལ་བདེ་ཞིང་སྲུ་ངན་མེད།  
 ལྷས་ཀྱང་བལྟ་ཞིང་བསམ་དུ་མེད་བར་འགྱུར། ༤༠

འདི་ན་གང་དག་ཚཱམས་མང་ཐོས་བ་དང་།  
 རྟོགས་ཤིང་ཅི་ཡང་མེད་བ་ཀྱེ་རེ་བདེ།  
 སྒྲེ་བོ་སྒྲེ་བོའི་ལུས་ལ་རབ་ཆགས་ཤིང་།  
 ཅུང་ཟད་ཡོད་བ་བཞུག་བར་གྱུར་ལ་ལྟོས། ༤༡

འདི་ན་གང་དག་ཚཱམས་མང་ཐོས་བ་དང་།  
 རྟོགས་ཤིང་ཅི་ཡང་མེད་བ་ཀྱེ་རེ་བདེ།  
 སྒྲེ་བོ་སྒྲེ་བོའི་ལུས་ལ་རབ་ཆགས་ཤིང་།  
 ཅུང་ཟད་ཡོད་བ་བཞུག་བར་གྱུར་ལ་ལྟོས། ༤༢

སྐྱེ་བོ་ཅི་མེད་ཡོན་ཏན་རྟོགས་པ་དང་།  
 སྐྱེ་བོ་ཅི་ཡང་མེད་པར་གྱུར་པ་བདེ།  
 སྐྱེ་བོ་སྐྱེ་བོའི་སེམས་ལ་རབ་ཆགས་ཤིང་།  
 ཅུང་ཟད་ཡོད་པ་བརྒྱག་པར་གྱུར་ལ་སྟོས། ༤༩།

སྐྱེ་བོ་ཅི་མེད་ཡོན་ཏན་རྟོགས་པ་དང་།  
 སྐྱེ་བོ་ཅི་ཡང་མེད་པར་གྱུར་པ་བདེ།  
 སྐྱེ་བོ་སྐྱེ་བོའི་ལུས་ལ་རབ་ཆགས་ཤིང་།  
 ཅུང་ཟད་ཡོད་པ་བརྒྱག་པར་གྱུར་ལ་སྟོས། ༥༠།

གཞན་གྱི་དབང་གྱུར་ཀྱང་སྤྱད་སྟེ།  
 རང་དབང་ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་བདེ།  
 སྦྱོར་བ་ཤིན་ཏུ་སྤང་དགའ་བ།  
 སྤྱན་མོང་གྱུར་པས་བརྒྱག་པར་ཟད། ༥༡།

ཞེན་པར་གྱུར་པའི་མི་ནང་ན།  
 ཞེན་པ་མེད་པར་གནས་པ་དང་།  
 ཞེན་པའི་ནང་ན་མ་ཞེན་པ།  
 གྱེ་མཐོ་ཤིན་ཏུ་བདེ་བར་འཛོ། ༥༢།



ནད་གྱིས་ཐེབས་བའི་མི་ནང་ན།  
ནད་མེད་པར་ནི་གནས་བ་དང་།  
ནད་བའི་ནང་ན་ནད་མེད་བ།  
ཀྱེ་མའོ་ཤིན་ཏུ་བདེ་བར་འཇོ། ༤༤

འཆེ་བ་ཅན་གྱི་མི་ནང་ན།  
འཆེ་བ་མེད་པར་གནས་བ་དང་།  
འཆེ་བའི་ནང་ན་འཆེ་མེད་བ།  
ཀྱེ་མའོ་ཤིན་ཏུ་བདེ་བར་འཇོ། ༤༥

གཞོད་སེམས་ཅན་གྱི་མི་ནང་ན།  
གཞོད་སེམས་མེད་པར་གནས་བ་དང་།  
གཞོད་སེམས་ཅན་ནང་གཞོད་མེད་བ།  
ཀྱེ་མའོ་ཤིན་ཏུ་བདེ་བར་འཇོ། ༤༦

ཤ་ཁོན་ཅན་གྱི་མི་ནང་ན།  
ཤ་ཁོན་མེད་པར་གནས་བ་དང་།  
ཤ་ཁོན་ཅན་ནང་ཤ་ཁོན་མེད་བ།  
ཀྱེ་མའོ་ཤིན་ཏུ་བདེ་བར་འཇོ། ༤༧

མི་ཐེ་ལ་དག་རབ་བསྐྱེད་ཀྱང་།།

ང་ལ་ཅི་ཡང་ཆོག་པ་མེད།།

ང་ལ་གང་དག་ཅི་མེད་པས།།

ཀྱི་མཐོ་ཤིན་ཏུ་བདེ་བར་འཛོ། ༡༠།

ང་ལ་ཅི་ཡང་མེད་མོད་ཀྱི།།

དགའ་བ་ཟ་བར་བྱེད་པས་ན།།

འོད་གསལ་གྱི་ནི་ལྷ་བཞིན་དུ།།

ཀྱི་མཐོ་ཤིན་ཏུ་བདེ་བར་འཛོ། ༡༡།

འཇིག་ཆོག་ལ་ནི་མི་བརྟེན་པས།།

ང་ལ་ཅི་ཡང་མེད་མོད་ཀྱི།།

དགའ་བ་ཟ་བར་བྱེད་པས་ན།།

ཀྱི་མཐོ་ཤིན་ཏུ་བདེ་བར་འཛོ། ༡༢།

ལེན་པའི་རྒྱུ་གྱིས་སྤང་ཅིང་རེག་འགྱུར་གྱི།།

ལེན་མེད་ཅི་དང་སྤང་ཅིང་རེག་མེད་པས།།

བདག་དང་གཞན་གྱིས་བསྐྱེད་པའི་བདེ་སྤྱད་གིས།།

དཔོན་བཅས་སྤང་དུ་རེག་པར་མི་འགྱུར་རོ། ༡༣།

འཛིག་རྟེན་འདི་ན་བདེ་དང་སྤྱག་བསྐྱེལ་གྱིས།

སྦྱེས་བྱ་དམ་བ་མཐོ་དམན་མི་འགྱུར་ཞིང་།

བརྟན་ནམས་འདོད་པའི་རྒྱ་ཡིས་མི་འབྲལ་བར།

སྦྱེས་བྱ་དམ་བ་ཀྱན་ཏུ་འཕྱོ་བར་བྱེད། ༥༥

བདེ་བའི་ཚཱམས་ཏེ་སྤྱམ་ཏུ་བཏོ། །



༡༡། །ཆེད་དུ་བརྗོད་པའི་ཚམས་ཀྱི་རྣམ་པར་འགྲེལ་བ་ལས་  
བདེ་བའི་ཚམས་ཀྱི་འགྲེལ་བ་བཞུགས་སོ།།

༡༢། །སྤྲལས་སུ་བསྟན་བ་ལས་རྗེས་སུ་འབད་བའི་འབྲས་བུ་བསྟན་པའི་ཕྱིར་  
དེའི་འགྲུ་བདེ་བའི་ཚམས་བསྟན་ཏོ། །དེའི་ཕྱིར་འདིར་ནི་པལ་ཆེར་ནགས་པོ་དང་  
དཀར་པོའི་རྩྭགས་རབ་ཏུ་འབྱུང་བ་དང་ལྷན་པའི་ཚིགས་སུ་བཅད་བ་བཤད་དེ།  
ནག་པོའི་རྩྭགས་སུ་སྤང་བ་དང་དཀར་པོའི་རྩྭགས་ལ་ནན་ཏན་དུ་བྱ་བ་བསྟན་པས་  
དེ་ལ་ནན་ཏན་དུ་བྱས་པའི་བདེ་བ་ཡང་བསྟན་བ་ནི། རྒྱལ་བ་ལས་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་  
སོགས་བ་སྟོས་སོ།།

རྒྱལ་བ་ལས་ནི་འཕོན་བྱང་ཞིང་།།

ཕ་རོལ་ལམ་བ་སྤྲལ་བསྐལ་འཛོལ།།

རྒྱལ་དང་ཕ་རོལ་ལམ་སྤངས་ན།།

ཉེ་བར་ཞི་བའི་བདེ་བ་འཛོལ།།

འདིའི་སྤྲོང་གཞི་ནི་ལས་ཀྱི་ཚམས་སུ་བལྟ་བར་བྱ་སྟེ། དེ་ཞིག་འདིར་དེའི་བར་དུ་  
བཤད་དེ། རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ན་པས་ཀྱི་དབྱའི་རྩྭགས་པོ་ཞེས་བྱ་བའི་བྲམ་ཟེ་འཇིག་  
ཉེན་རྒྱང་ལན་བ་ལས་གཞན་མི་ཤེས་པ་ཞིག་སྟེ། ཇི་ཅམ་ན་བཙོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་  
ཐད་དུ་སོང་ནས་བབ་ཙལ་དུ་ཁྱེ་གོ་ཏ་མ་ཁྱོད་ནི་རྒྱལ་པོ་རྒྱལ་ལོ་ཞེས་སྟོས་ཏེ། དེ་  
ནས་ཚིགས་སུ་བཅད་བ་གཉིས་གསུངས་ཏེ། དེ་མོས་པས་དབྱ་བཙོམ་བར་གྱུར་ཏོ་  
ཞེས་གཞན་དག་ཟེར་རོ། །རྒྱལ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཞན་ཟིལ་གྱིས་མནན་ཅིང་བདག་

ཉིད་མཐོ་བར་གྱུར་བ་ནི་རྒྱལ་བའོ། །དེ་ལས་ཁོན་གྱི་བར་ན་ཁོང་ཁྱོད་བ་དང་རྗེས་སུ་  
 འབྲེལ་ཅིང་རབ་དུ་སྦྱེ་བའོ། །དེའི་ཕྱིར་བདག་གིས་འདི་ལས་རྒྱལ་བར་བྱ་སྟེ། ཡང་  
 འདི་ལ་བདག་གིས་བག་དབབ་བར་མི་བྱ་ཞིང་འདིའི་ཅ་བ་ལྷག་མ་མེད་བར་དབྱུང་  
 བར་བྱའོ་ཞེས་བ་སྟེ། དགྲའི་ལྷག་མ་ནི་མི་གཞག་གོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་  
 ཆེག་གིས་སོ། །ཁོན་ནི་གཞན་ལ་གནོད་བར་བྱས་པ་ལས་བག་ཆགས་དང་རྗེས་སུ་  
 འབྲེལ་བའོ། །འབྱུང་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བདག་གིས་ཡང་རྒྱུང་དུ་དང་བར་མ་ལ་སོགས་  
 པའི་རིམ་བས་འབེལ་བའོ། །ཕ་རོལ་ཕམ་པས་སྤྱག་བསྐྱེད་འཛོལ། །ཅེས་བྱ་བ་ནི་  
 གང་ཡང་གཞན་ཟིལ་གྱིས་གནོད་ཅིང་སྤྱ་བཀོང་བར་བྱེད་བ་དེ་ནི་སྤྱག་བསྐྱེད་བར་  
 གནས་ཏེ། ལུས་སྤྱབ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་ཉམ་རྒྱུང་ཞིང་དགའ་བའི་གནས་སྐབས་  
 ཐོབ་ལ། རང་གི་ཡིད་ཤིན་ཏུ་གདུང་བར་བྱས་པ་ཉམས་སུ་སྤྱོད་ཞིང་འདུག་པའོ། །  
 གཉེ་ག་ཡང་གཉེ་ག་ལ་འབྱུང་མོད་ཀྱི་ཕལ་ཆེར་རེ་རེ་ལ་བཞུགས་ཏོ།

དེ་ལྟར་ན་གང་ཞིག་གི་བདེ་བ་འཛོལ་ཅེ་ན། ཉེ་བར་ཞི་བའི་བདེ་བ་འཛོལ། །  
 ཅེས་བྱ་བ་སྟེ། ཉེ་བར་ཞི་བ་གནས་པར་བྱས་ན་བདག་དང་གཞན་ལ་འཆེ་བ་སྤངས་  
 པ་ནི་དབང་སོ་རྣམས་ཆེས་བཞིན་དུ་འདུག་པའོ། །ཅི་ཞིག་བྱས་ནས་ཉེ་བར་ཞི་བར་  
 འགྱུར་ཞེ་ན། རྒྱལ་དང་ཕ་རོལ་ཕམ་སྤངས་ན། །ཞེས་བྱ་བ་སྦྱོས་ཏེ། གཞན་བཞིན་  
 དུ་དོན་དང་འབྲེལ་བ་ཡིན་ཏེ། རྒྱལ་བ་ནི་བདག་ཉིད་མཐོ་བ་སྟེ། གཞན་ཟིལ་གྱིས་  
 གནོད་པ་ཡང་སྤང་ཞིང་ཡོངས་སུ་སྤང་བར་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། གདུང་བའི་རྒྱུར་གྱུར་པའི་  
 ཕྱིར། ཕ་རོལ་ཕམ་པ་བཞིན་ནོ། །གང་བདེ་བ་སྤྱིན་པར་འགྱུར་ཞིང་འཆེ་བ་ལས་  
 ལྷག་པ་དེ་ཉིད་ནི། བདེ་བ་དང་གྲོལ་བར་འགྱུར་གྱིས། གཞན་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་  
 བསྟན་པའི་ཕྱིར། གཞན་ལ་སྤྱག་བསྐྱེད་བསྐྱེད་པ་ཡིས། །ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ།



གང་ཞིག་བདེ་བ་འདོད་པ་དག།

འབྲུང་པོ་ཞི་མི་འཆེ་ཞིང་།།

ཆད་བས་མི་གཅོད་བདེ་འདོད་བ།།

དེ་དག་པ་ལོ་བདེ་བ་འཛིན་པ།།

བཅོམ་ལྷན་འདས་མཉན་ཡོད་དུ་བསོད་སྦྱོམས་ཀྱི་ཕྱིར་གཤེགས་པ་དང་། དེའི་  
 ཆེ་མཉན་ཡོད་དང་རྒྱལ་བུད་ཀྱི་ཆལ་གྱི་བར་ན་བ་ལང་གི་ཁྲུ་གནས་ཏེ། །བ་ལང་  
 རྩེ་གཅེར་བྱ་ཉམ་རྩུང་ཞིང་རྟེན་བཞུགས་ཀྱིས་བདག་དང་ཞིང་བ་དག་གིས་བདག་ལ་  
 གཞོད་བ་བུད་ན་མི་རྩུང་ངོ་ཞེས་ནས། ཉམ་ཀྱི་ཞིང་ལ་ཁྲུ་གནས་པའི་བ་ལང་དག་ཁྲོས་  
 ཏེ། དབྱུག་པ་རིང་པོས་ལན་དུ་མར་བརྒྱབ་པ་དང་། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་ཆོགས་  
 སུ་བཅད་པ་གཉིས་གསུངས་སོ། །བདེ་བ་འདོད་པ་ཡིན་པས་བདེ་བ་འདོད་པ་སྟེ།  
 བདེ་བ་ལ་འཆུམས་པའི་ཕྱིར་རོ། །འབྲུང་པོ་ཞི་སྟོག་ཆགས་སོ། །གང་ཞིག་ཅེས་བྱ་  
 བ་ནི་གཏུམ་པའི་སེམས་ཅན་ནོ། ཆད་བས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དབྱུག་པ་ལ་སོགས་པས་  
 གཞོད་བ་བུད་པས་སོ། །འཆེ་ཞིང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེག་བར་བུད་པའོ། །ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་  
 བྱ། བདག་གི་བདེ་བ་འདོད་པའི་ཕྱིར། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་བདག་དང་འབྲེལ་པའི་བདེ་བ་  
 མྱོང་བར་འདོད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། ཕྱིས་པ་ནི་གཞན་གྱི་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཀྱིས་བདག་གི་བདེ་  
 བ་འདོད་པར་བུད་དོ། །དེ་ལས་བརྒྱུག་པ་ནི་དམ་པ་སྟེ། རི་སྐད་དུ། བྱ་རམ་གིང་  
 བཞིན་གཞན་བཅོམ་ཏེ། །བདག་གི་བདེ་བ་འདོད་པར་བུད། །ཚུང་པའི་དུས་སུ་ཁྲུང་  
 པར་དུ། །རང་བཞིན་མེ་ལྷར་བསྐྱེད་པའོ། །སྤྱུག་བསྐྱེད་པ་ནི་སྦྱང་རྩེ་ཡིས། །བདེ་  
 བ་མ་བསྐྱེད་གང་གིས་འབྱུང། །སྦྱང་རྩེ་ཅན་རྣམས་གཞན་གྱིས་ནི། །བདེ་བ་སྦྱེད་དེ་  
 དེས་བདེ་བུད། །ཅེས་སོ། །དེ་ཡང་འདི་ལྷར་བྱིན་ཅི་ལོག་པས་འབྱུག་པ་ནི་ཕྱིས་པ་



སྟེ། འདི་འཇམ་པ་རྩལ་དུ་བདེ་བ་འཛོལ་བ་མ་ཡིན་ལོ་ཞེས་བསྟན་པའི་ཕྱིར། བ་རྩལ་  
དུ་ནི་བདེ་མི་འཛོལ། །ཅེས་བྱ་བའོ། །གཉིས་པས་ནི་དཀར་པོའི་ཕྱགས་བསྟན་ཏེ།  
རྟོགས་པར་སྒྲུའོ། བདེ་བ་དང་སྦྱག་བསྐལ་གཉིས་ཀྱི་རྒྱ་ནི་དོན་དམ་པར་ཆོས་དང་  
ཆོས་མ་ཡིན་བཞིན་ཡིན་གྱི། གཞན་མ་ཡིན་ལོ་ཞེས་བསྟན་པའི་ཕྱིར། ཆོས་སྤྱད་  
ལེགས་པར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་སོ།།

ཆོས་སྤྱད་ལེགས་པར་སྤྱད་བྱ་ཞིང་།།

ཉེས་པར་སྤྱད་བདེ་མི་སྤྱད་།།

འཛིག་རྟེན་འདི་དང་བ་རྩལ་ཏུ།།

ཆོས་སྤྱད་པས་ནི་བདེ་བ་འཛོལ།༥།

རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ན་འཆོ་བྱེད་གཞོན་རུས་བསྐྱེད་ཀྱི་བྱ་གཉིས་རབ་ཏུ་བྱུང་སྟེ། གཅིག་  
ནི་དག་བཅོམ་པར་གྱུར་ཏེ། གཉིས་པ་ནི་ཚུལ་ཉམས་ཏེ། དེས་བཅོམ་ལྡན་འདས་  
ལ་གསོལ་བ། བདག་རབ་ཏུ་བྱུང་བས་གནས་ཏེ། དེ་ཡང་བཅོམ་ལྡན་འདས་འདི་  
ཉིད་ན་བཞུགས་བཞིན་དུ་བདག་འདོད་བ་ལ་ཡོངས་མི་སྤྱད་ཅིང་སྟེག་པ་མི་བབྱིད་  
དེ། བདག་འདི་ཉིད་ཀྱིས་དཔྱལ་བར་འགྲོ་བར་མི་འགྱུར་རོ་ཞེས་བ་ནས་མཐོང་ེས་  
སྟ་སྟེས་ཏེ། དེ་ལས་བཅམས་ནས་ཆོགས་སྟ་བཅད་བ་ལྷ་གསུངས་སོ། །ཡང་ན་  
བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་གཙུག་ན་ནོར་བྱ་ཞེས་བྱ་བའི་མཐུས་དེས་གཞུང་ཆོགས་ཀྱི་  
ནང་དུ་སང་གའི་ཁྱི་ལ་འཛེགས་ནས་ཆོས་འདི་བསྟན་ཏོ་ཞེས་སོ། །ཆོས་སྤྱད་ཅེས་  
བྱ་བ་ནི་སྟོང་ཇེ་བསྟེན་པ་སྟེ། གཞན་གྱི་སྦྱག་བསྐལ་བསལ་བ་དང་བདེ་བ་བསྐྱེད་  
པར་བྱའོ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་རྟོ། །ཆོས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེས་པའི་ཆོག་ནི་ཆེན་པོ་འཛིན་  
པར་བྱེད་པའོ། །འཆེ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡང་ཁ་ཅིག་ཆོས་སྟ་འདོད་དེ། དེ་ལས་ཁྱད་  
པར་དུ་བྱ་བའི་ཕྱིར། ལེགས་པར་སྤྱད་བྱ་ཞིང་ཞེས་བྱ་བ་སྟོས་ཏེ། བདག་དང་གཞན་

གྱི་བདེ་བའི་འབྲས་བུ་སྤྱད་པ་ལ་འབད་བ་ནི་བདེ་བའི་ཆོས་སོ། །དེའི་ཕྱིར་སྟོག་  
གཅོད་པ་ལ་སོགས་པ་ལས་ལྡོག་བ་དང་། སྟོག་སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་འཇུག་པ་  
ནི་ལེགས་པར་སྤྱད་པའོ། །ཞེས་བྲལ་བ་རྣམས་ཀྱིས་བསྟན་རྟོ། །

ཡང་ཆོས་སྤྱད་པ་ཞེས་བྲལ་བ་ནི་བྲལ་བ་རྣམས་བྱེད་པའོ། །དེ་མི་སྤྱད་ཅེས་བྲལ་  
ནི་ཆོས་མ་ཡིན་པ་ལ་ཆོས་སུ་འདུ་ཤེས་བ་སྟེ། འདིག་རྟེན་པའི་རིག་བྱེད་གྱི་འགོ་བ་  
ལ་རྣམ་པར་འཛེ་བ་ལ་སོགས་པས་དེ་སྤྱད་པར་མི་བྱའོ། །དི་ལྟ་བུ་ཞེན། ཉེས་པར་  
སྤྱད་པ་ཞེས་བྲལ་བ་སྟོས་ཏེ། བདག་དང་གཞན་ལ་སྟུག་བསྐྱེད་གྱི་འབྲས་བུའི་སྤྱད་  
པ་ལ་འབད་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཆོས་ལ་ཆོས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་དེ་ལ་སྐྱ་མ་ལས་བརྒྱུག་  
སྟེ་བརྗོད་པར་བྱའོ། །ཅིའི་ཕྱིར་ཞེན། ཆོས་སྤྱད་པས་ནི་བདེ་བ་འཛོལ། །ཅེས་བྲལ་བ་  
སྟེ། གང་ལེགས་པར་སྤྱད་པའི་ཚུལ་ཆོས་སྤྱད་པ་དེ་ནི་བདེ་བ་ལ་གནས་པ་ཡིན་ཏེ།  
འདིར་ནི་གྲགས་པ་ལ་སོགས་པས་སོ། །ལ་རོལ་དུ་མངོན་པར་འདོད་པའི་འབྲས་བུ་  
འཛོལ་བོ། །ཉེས་པར་སྤྱད་པས་བདེ་མི་འཛོལ། །ཅེས་བྲལ་བ་ནི་བརྒྱུག་སྟེ་ཆོག་གིས་  
ཁ་བསྐྱང་བར་བྱའོ། །ཆོས་སྤྱད་པས་ནི་བདེ་བ་འཛོལ། །ཅེས་བྲལ་བ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེན།  
ཆོས་སྤྱད་ཆོས་ཀྱིས་ཞེས་བྲལ་བ་སྟོས་ཏེ།

ཆོས་ལ་ལེགས་སྤྱད་བདེ་སྤྱད་པས།།

ཆོས་སྤྱད་ཆོས་ཀྱིས་བསྐྱང་བར་བྱ།།

ཆོས་སྤྱད་དན་འགྱུར་མི་འགོ་བ།།

ཆོས་ལ་ལེགས་སྤྱད་ཐན་ཡོན་དེའོ།།

སྟོར་རྗེའི་ཙུ་བ་ལེགས་པར་སྤྱད་པའི་བདག་ཉིད་ཆོས་ཡིན་ཏེ། ཀྱིས་ཞེས་བྲལ་བ་  
ནི་ཉིད་ཀྱི་དོན་རྟོ། །གང་གི་ཕྱིར་ཆོས་ཉིད་སྤྱད་པའི་གང་ཟག་སྤྱང་བར་འབྲུལ་བ་

མེད་དེ། གཞན་ལུས་ལ་སོགས་པའི་སྒྲོབས་ཀྱིས་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ཇི་སྐད་ཀྱི་ཚུས་  
པའི་སྒྲུང་ཆེན་གངས་རི་ལྷ་བྱ་གཡོ་ཞིང་འབྲམ་པ་རུལ་གྱིས་གཤེར་བ་དང་། །བཀ་  
གཡོག་གྱང་ནི་སྤྱིང་ཉེ་གོ་བགོས་མདུང་དང་མདུང་མུང་རལ་གྱི་མཆོན་ཐོགས་པས། །  
མི་ནམས་ཀྱིས་ནི་གཡུལ་རྩེར་འཇུག་པ་དགའ་བས་དེ་ཡིས་བསྐྱང་བར་མི་རུས་ཏེ། །  
རང་གི་བསོད་ནམས་བསགས་པ་གང་གིས་གཡུལ་དང་གཡུལ་མིན་དག་ཏུ་སྐྱང་  
བར་བྱེད། །ཅེས་སོ། །

ཐོབ་པའི་ཡོངས་སྤྱོད་དང་བཅས་པའི་བདེ་བ་ནི་ཚམས་ཀྱི་མཐུས་ཡོངས་སུ་  
ཉམས་པ་མེད་པ་འདི་དང་གཞན་ཏུ་འདི་ས་བསྐྱེན་ནས་འདིའི་མ་ཐོབ་པའི་བྱིར་  
བསྐྱེན་པ། ཚམས་ལ་ལེགས་སྤྱོད་ཅེས་བྱ་བ་སྒྲོས་ཏེ། ཚུལ་བཞིན་ཏུ་བསྐྱེད་པ་ནི་  
ལེགས་པར་སྤྱོད་པ་སྟེ། དད་པ་དང་གུས་པ་ཐོག་མར་འགྲོ་བས་དུས་སུ་ཉེ་བར་  
སྤྱོད་པ་སྐྱལ་བ་དང་ལྷན་པའི་སྤྱིན་པ་བྱ་ཆེན་པོ་དང་། ཚུལ་ཁྲིམས་དང་ལྷན་པའི་  
སྤྱོད་པ་དམ་པ་དང་འགྲོགས་པ་ནི་དེས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སོ། །བདེ་སྤྱོད་པ་ཞེས་བྱ་  
བ་ནི་འདྲིན་དང་བྱུབ་པར་བྱེད་པའོ། །ཕན་ཡོན་དེའོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཕན་འདོགས་པ་  
ནི་སྤར་བསྐྱེན་པའི་ཚམས་ལ་ལེགས་པར་སྤྱོད་པ་བྱས་ན་འགྱུར་རོ། །གཞན་ཡང་།  
ཚམས་སྤྱོད་ངན་འགྱུར་མི་འགྲོ་སྟེ། །ཞེས་བྱ་བ་སྒྲོས་ཏེ། དེས་ངན་སོང་གི་སྒྲོ་བཀག་  
པའི་བྱིར་རོ། །འདིས་ནི་བ་རྩལ་གྱི་ཕན་ཡོན་བསྐྱེན་ཏོ། །སྤར་པ་དེས་གང་བསྐྱེན་ཞེ་  
ན། །འདི་ཉིད་ཀྱི་དོན་དཔེ་དང་བཅས་པ་ནམ་པར་སྤྱོས་ཏེ་བསྐྱེན་པའི་དབང་ཏུ་བྱས་  
ནས། །ཡངས་པའི་གདུགས་ཀྱིས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྒྲོས་ཏེ།

ཡངས་པའི་གདུགས་ཀྱིས་དབྱར་ཁ་ལྟར།

ཚམས་སྤྱོད་ཚམས་ཀྱིས་བསྐྱང་བར་བྱ།

ཆོས་སྤྱོད་ངན་འཁྲོར་མི་འཁྲོ་བ།།

ཆོས་ལ་ལེགས་སྤྱོད་བན་ཡོན་དེད།༥།

ཆོས་ཀྱིས་རི་ལྷོར་བསྐྱངས་ཤིང་། གདུགས་ཀྱིས་ལྷོར་ཞེས་བྲ་བ་སྟེ། དཔེར་ན་  
ཡངས་ཤིང་ཆེ་ལ་སྦྱག་པའི་གདུགས་ཀྱིས་ནི་དབྱར་གྱི་དུས་སུ་གང་ཟག་དེ་ཉིད་  
ལ་ཆར་གྱིས་བྱས་པའི་གཞོན་པ་དེ་ལས་སྒྲོག་པར་བྱེད་ཅིང་སྐྱང་བར་བྱེད་དོ། །དེ་  
བཞིན་དུ་བསོད་ནམས་ཉི་ཤེས་བསམགས་པ་འདི་ཡང་གཞོན་པ་དུ་མ་དག་ལས་ཉི་  
ཆོས་སྤྱོད་པའོ། །དབྱར་ཀ་ཞེས་བྲ་བ་ནི་ཆར་འབབ་པའི་དུས་སོ། །ཆོས་མིན་སྤྱོད་  
པ་བདེ་མི་ཐོབ། །ཅེས་བྲ་བ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། ཆོས་མིན་སྤྱོད་ཅེས་བྲ་བ་སྒྲོས་ཉི།

བག་མེད་མི་ཡིས་ཆོས་མིན་སྤྱོད་ན་ནི།།

འཁྲོ་བ་གང་ཡང་རུང་བ་ངན་འཁྲོར་འཁྲོ།།

འདི་ན་སྦྱལ་ནག་ཤིང་ནས་བརྒྱང་བ་ལྟར།།

ཆོས་མིན་སྤྱོད་པ་དེ་དག་རྒྱག་པར་འགྱུར།༥།

ཡང་གང་ཟག་གང་གིས་ཉེས་པར་སྤྱོད་པའི་ཚུལ་ཆོས་མ་ཡིན་པ་སྤྱོད་པའི་བག་  
མེད་པ་དེས་ན། འཁྲོ་བ་གང་ཡང་རུང་བ་ཞེས་བྲ་བ་ལྟའི་འཁྲོ་བ་དང་། མིའི་འཁྲོ་  
བའམ། ངན་འཁྲོའི་འཁྲོ་བ་དག་འཛིན་པའམ། སྤྱི་བར་འགྱུར་ཞིང་འཁོབ་པའོ། །ཆོས་  
མིན་སྤྱོད་པ་དེ་དག་བརྒྱག་པར་འགྱུར། །ཞེས་བྲ་བ་ནི་དེས་ཆོས་མ་ཡིན་པ་ཉེས་  
པར་སྤྱོད་པའི་བདག་ཉིད་བྱས་ཤིང་བསམགས་པས་ནི་ཆོས་མ་ཡིན་པ་སྤྱོད་པ་འདི་  
དེ་དང་དེའི་འཁྲོ་བ་དག་ཏུ་གཞོལ་ཞིང་འཁྲོ་བར་འགྱུར་བའམ་བརྒྱག་པ་སྟེ་གདུང་  
བར་འགྱུར་བ་ཞེས་བྲ་བའི་དོན་ཏོ། །དཔེར་དཔེ་བསྟན་པ། འདི་ན་སྦྱལ་ནག་ཤིང་  
ནས་བརྒྱང་བ་ལྟར། །ཞེས་བྲ་བ་ནི་དཔེར་ན་དབྱིག་པ་ཅན་ལ་ལ་ཞིག་ལམ་རིང་

པོས་དུབ་མེ་མཚན་མོ་གཉིད་ལོག་པ་ལས་དབྱིག་པ་སྟོར་རྟེ། སྤྱལ་ནག་པོ་དབྱིག་  
བའི་སྒྲོས་རྟེན་པ་ནས་བཟུང་མེ། སང་པ་ནས་ཡོངས་སུ་འཕྲུང་དེ་འཛིན་པར་བྱེད་  
བ་ཉིད་ལ་སྤར་རྒྱུ་ལ་བར་བྱེད་པ་དེ་བཞིན་དུ་སྤྲོད་ཞིང་མ་དེག་པའི་དབང་གིས་སྒྲོ་  
ཐྱིན་ཅི་ལོག་པའི་གང་ཟག་བག་མེད་བས་ཆོས་མ་ཡིན་པ་སྤྲད་དེ། བྱེད་པ་བོ་ཉིད་  
ལ་གདུང་ཞིང་ཉེ་བར་གཞོད་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །ཅིའི་ཕྱིར་ཆོས་དང་ཆོས་མ་ཡིན་  
པ་གཉིས་འདོད་པ་དང་མི་འདོད་པའི་འབྲས་བྱུང་འགྱུར་ཞེ་ན། ཆོས་དང་ཆོས་མིན་  
གཉི་ག་ཡི། །ཞེས་བྱ་བ་སྒྲོས་རྟེ།

**ཆོས་དང་ཆོས་མིན་གཉི་ག་ཡི།**

**རྣམ་སྤྲོད་འདྲ་བར་མི་འགྱུར་རྟེ།**

**ཆོས་མ་ཡིན་བས་དཔྱུལ་བར་འགྲོ།**

**ཆོས་ཀྱིས་བདེ་འགྲོ་ཐོབ་པར་བྱེད།༤**

འདི་ལྟར་གཞོད་པར་བྱེད་པ་དང་། བན་འདོགས་བས་འདྲ་བ་མ་ཡིན་ཞིང་མི་འདྲ་  
བའི་འབྲས་བྱུང་ཡང་འདོད་པ་དང་མི་འདོད་པའི་འབྲས་བྱུང་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རྟེ། བདུད་ཅི་  
དང་དུག་བཞིན་ནོ། །འདྲ་བར་མི་འགྱུར་བ་དང་རྣམ་པར་སྤྲོད་པ་ཞེས་བྱ་བར་ཆེག་  
སྟུར་རྟེ། རང་བཞིན་ཐ་དད་པའི་ཕྱིར་བྱུང་རམ་ཤིང་དང་ནིམ་པའི་ས་ཐོན་བཞིན་ནོ། །  
རྣམ་པར་སྤྲོད་པ་ཡང་ཡིན་ལ་འདྲ་བ་ཡང་ཡིན་བས་རྣམ་པར་སྤྲོད་པ་འདྲ་བའོ། །  
དེ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་རྣམ་སྤྲོད་འདྲ་བར་མི་འགྱུར་བའོ། །རྣམ་པར་  
སྤྲོད་པ་མི་འདྲ་བ་དེ་ག་ལས་ཤེ་ན། འདི་ལྟར། ཆོས་མ་ཡིན་བས་དཔྱུལ་བར་འགྲོ། །  
ཞེས་བྱ་བ་ནི། རན་པར་སྤྲོད་པ་བསགས་པའི་རྒྱས་ངན་སོང་འཕྲོལ་བའོ། །ཆོས་  
ཀྱིས་བདེ་འགྲོ་འཕྲོལ་བར་འགྱུར། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྒྱ་ལེགས་པར་སྤྲོད་པ་ཡིན་པའི་

ཕྱིར་བདེ་འགྲོ་འཛོམ་བཤོ། །གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་ན་ཅིའི་ཕྱིར་ཐམས་ཅད་ལེགས་པར་  
 སྦྱོང་བ་ལ་མི་འབད་ཅེ་ན། བཤད་པ། དཀའ་བའི་ཕྱིར་ཏེ། སྦྱོང་བ་དེ་རེ་ཞིག་ཚུང་  
 བ་ཡིན་ན་ཡང་ལེགས་པར་སྦྱོང་བ་ཡིན་ཏུ་སྦྱབ་དཀའ་བ་ཡིན་ན། དེ་ལས་གཞན་བ་  
 ལྟ་སྒྲོམ་གྱང་ཅི་དགོས་ཞེས་བསྟན་པའི་ཕྱིར། སྦྱོང་བ་བྱེད་བ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་  
 བ་སྒྲོམ་སོ།།

སྦྱོང་བ་བྱེད་པའི་དུས་དང་གཡུལ་འབྲེད་དུས།།

རྒྱ་ཡིས་ཡོངས་སུ་བརྒྱུང་བར་འབྲས་བས་ན།།

སྦྱོང་བ་བྱེད་དང་གཡུལ་འབྲེད་འབྲེལ་གསུངས།།

ཡོན་ཏན་དེ་གཉིས་མི་ངན་ཉེན་མི་བྱེད།། ༡༠།

ཁྱིམ་བདག་དབང་པོས་སྦྱོང་བ་ཆེན་པོ་ལྟ་སྒྲོམ་ནས་བཅོམ་ལྟན་འདས་ལ་མངོན་  
 བར་དད་དེ་རས་རྒྱང་གཅིག་དབུལ་ཞེས་བསམས་ནས་གོས་ཀྱི་མངོད་དུ་ཞུགས་  
 ཏེ། བརྟག་བ་ལ་ཞུགས་བ་དང་། གོས་ཐམས་ཅད་བཟང་པོར་མཐོང་བ་ནས་མངོན་  
 བར་གཡེངས་པར་གྱུར་ཏེ། དེ་ལས་བརྩམས་ནས་ཆོག་སུ་བཅད་བ་གཉིས་  
 གསུངས་སོ། །སྦྱོང་བ་བྱེད་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྒྱ་ཡིས་སུ་གཏོང་བ་ཞེས་བྱ་བའི་  
 འོན་ཏེ། །གཡུལ་འབྲེད་ཅེས་བྱ་བ་ནི་གཡུལ་འོར་དབྱ་རྣམས་ཀྱིས་གཟས་བ་སྟེ།  
 གོས་དང་གོ་ཆ་བགོས་ནས་ཕན་ཚུན་ཚོད་ཅིང་བརྟེན་པའི་མཆན་ཉིད་དོ། །དང་གི་  
 སྦྱ་ནི་གཉིས་པོ་འདི་མཉམ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བསྟན་པའོ། །དེ་ཉིད་ཅི་ཕྱིར་འབྲེལ་  
 གསུངས་ཏེ་མཁས་བ་རྣམས་མཉམ་བ་ཉིད་དུ་སྒྲོན་ཏོ། །

དེ་ནི་དམ་བ་རྣམས་ཕན་འདོགས་བ་དང་གཞོད་བ་བྱེད་བ་གཉིས་ཅིའི་ཕྱིར་  
 འབྲེལ་བསྟན་ཏེ། གཡུལ་འབྲེད་པའི་བདག་གཉིད་ནི་ཡོན་ཏན་མ་ཡིན་ལ། སྦྱོང་

བ་ནི་ཡོན་ཏན་གྱི་བདག་ཉིད་དེ་ཕན་འདོགས་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་ཡོན་ཏན་ཡང་དོན་  
དམ་པའི་བྱ་བའི་ངོ་མོ་ཡིན་ན། རི་ལྗར་གཡུལ་འགྲེང་བ་ཡོན་ཏན་དུ་བཤད་ཅེ་ན།  
འགའ་ཞིག་དང་གཡུལ་བྱས་ཀྱང་སེམས་ཅན་དབག་དུ་མེད་པ་ལ་ཕན་འདོགས་པ་  
སྟེ། འདི་ལྗར་དབའ་མོ་ཆེན་པོ་དེད་དཔོན་དུ་གྱུར་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དབའ་འདི་  
ལྟ་རོམ་ན་ཞེས་བྱ་བའི་གནོད་སྲིན་ཆེན་པོ་ལྗར་འདིར་ཉེས་པ་ནི་ཆུང་བ་ཡིན་ལ།  
དོན་ཆེ་བས་ཉེ་ཆོང་བ་ཡོངས་སུ་བསྐྱབས་པས་ཡོན་ཏན་ཡིན་ནོ། །

གཞན་དག་ན་པེ། ཡོན་ཏན་ཐབ་མོ་ཡིན་གྱུར་ན། ཉེས་སྲོད་ཐམས་ཅད་ཡོན་  
ཏན་ཕྱིར། །རྩལ་པས་ཡོན་ཏན་འཛིག་རྟེན་དུ། །རབ་གྲགས་ཐབ་མོ་ཉིད་དུ་བསྟན། །  
དེ་ནི་འཛིག་རྟེན་གྱིས་བསྟོད་པའི། །བྱང་པར་དེ་ལ་གང་ཞིག་གནས་པར་འགྱུར།  
ཞེ་ན། མིང་ངན་ཞེས་སྟོས་ཉེ། སྟེ་པོ་ཐ་མལ་བ་དང་། སེམས་ཅན་དམན་པས་ཞེས་  
བྱ་བའི་དོན་རྟོ། །དེ་ནི་ཡོན་ཏན་གྱི་བྱང་པར་དེ་གཉིས་ལ་སྟེ་པོ་ངན་པ་མི་བསྟན་  
ཅིང་མི་གནས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་རྟོ། །བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་ཉིད་ནི་སྲིན་པར་བྱེད་  
ཅིང་གཡུལ་འགྲེང་དོ་ཞེས་བྱ་བར་སྦྱར་རོ། །འདི་གཉིས་གནས་ལས་ཡང་དག་པར་  
བསྟན་ནས་དུས་ལས་ཀྱང་བསྟན་པའི་ཕྱིར་བཤད་པ། སྲིན་པ་བྱེད་པའི་དུས་དང་  
གཡུལ་འགྲེང་དུས། ཞེས་བྱ་བ་སྟོས་ཉེ། གཡུལ་འགྲེང་པའི་དུས་བཞིན་དུ་སྲིན་པ་  
བྱེད་པའི་དུས་བལྟ་བར་བྱ་སྟེ། གང་གི་ཕྱིར་འདི་གཉིས་ནི་དུས་མཉམ་པའི་རྒྱ་རྒྱལ་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །དཔེར་ན་གཡུལ་འགྲེང་པའི་དུས་སུ་སྟོང་ཐག་དང་འཐབ་ཅིང་རྩལ་  
ཀྱང་རྣམ་པར་གཡེངས་པ་ཡིན་ཉེ། རི་ལྗར་དག་བཅོམ་པར་བྱ་བ་དང་མཆོན་གང་  
གིས་དང་། གང་གི་ཆེ་མས་གང་དུ་དང་། བདག་ཉིད་བསྐྱང་བ་རི་ལྗར་འགྱུར་བ་དང་། །  
རི་ལྗར་རྒྱལ་བར་འགྱུར་ཞེས་སེམས་པ་དེ་བཞིན་དུ་རི་ལྗར་སྲིན་པའི་དུས་ན་ཡང་

ཀྱན་དུ་གཡངས་པ་ཡིན་ཏེ། སྤྱན་བ་ཆེན་པོ་བྱ་བ་དང་། བཅ་ཞིག་སྤྱན་བ་དང་། ཇི་  
ལྟར་སྤྱན་བ་དང་། ཇི་ཅུམ་སྤྱན་བ་དང་། གང་ལ་སྤྱན་བ་དང་། འདི་ལས་ཅིར་འགྱུར་  
ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་སེམས་པ་ཡིན་ནོ། །ཅི་གནས་དང་དུས་ཁོ་ན་མཉམ་པ་  
ཉིད་དུ་བསྟན་ཏམ་ཞེ་ན། རྒྱ་ཡིས་ཡོངས་སུ་བརྒྱང་བ་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། རྒྱ་མདོར་  
བསྟུས་པ་ལས་ནི་དེ་ལྟ་ན་འབྲས་བྱ་ལ་སོགས་པ་ཡང་མཉམ་པར་འགྱུར་རོ། །སྤྱན་  
བ་དང་། གཡུལ་འགྲེད་པའི་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པའི་ཁྲད་པར་འབྱུང་བ་ནི། གྲགས་པ་  
ཡང་དག་པར་འབྱུང་བ། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའོ། །

ཡང་ན་རྒྱ་ཡིས་ཡོངས་སུ་བརྒྱང་བ་ནི་དེ་གཉིས་ཀྱན་ནས་བསྐྱར་བའི་རྒྱས་  
ཀྱང་འབྱུང་བ་ཡིན་ཏེ། གནས་དང་དུས་མཉམ་པ་ཉི་ཆེར་ཡང་མ་ཟད་དོ་ཞེས་བྱ་བའི་  
དོན་ཡིན་ཏེ། དེའི་རྒྱ་མོ་དང་སྤྱིང་ཇི་དང་བརྟན་པ་དང་པ་རོལ་གནོད་པའི་བདག་  
ཉིད་དེ། དེ་དང་ལྡན་པས་ནི་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱང་ཐབ་མོ་མཛད་པར་  
འགྱུར་ཏེ། ཇི་སྐད་དུ་གསུངས་པ། ཆོས་ཀྱིས་བདག་ཉིད་ཡིན་ཡང་དེ་ནི་གཞན་གྱིས་  
བརྟན་པ་དང་། །རོལ་པའི་བགེགས་དང་དགའ་མེད་འཇིགས་པའི་སྐྱེ་པོའང་རབ་  
འབད་བས། །གཟི་བརྗིད་ཆེ་བའི་རྒྱལ་གྱིས་ཇི་བཞིན་རིམ་བས་གཡུལ་འགྲེད་དེ། །  
གཉིས་ལ་མདོན་པར་ཚུགས་པའི་སེམས་ཀྱིས་དེ་ནི་རབ་ཏུ་བྱེད། །ཅེས་སོ། །སྤྱན་  
བ་ནི་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་དེ་ལ་རབ་ཏུ་གྲགས་པ་ཡིན་ནོ། །ཡང་ན་རྒྱ་ཡིས་ཡོངས་  
སུ་བརྒྱང་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གནས་དང་དུས་ཉི་ཆེར་ཡང་མ་ཟད་དེ། རྒྱ་ཡིས་ཡོངས་  
སུ་བརྒྱང་བ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ནོ། །འདིར་རྒྱས་ཡོངས་སུ་བརྒྱང་བ་གང་ཡིན་ཞེ་ན།

ཤིན་ཏུ་ལེགས་པར་ཆས་བ་གཅིག་བྱས་ཀྱང་།།

ལེགས་པར་མ་ཆས་འབྲེས་ལས་རྒྱལ་བྱེད་ལྟར།།



གཅིག་ཉེ་དང་བསྐྱེད་ཅུང་ཕྱིན་པས་ཀྱང་།།

དེས་ནི་དེ་དག་གཞན་དུ་བདེ་བར་འགྱུར།།

གཅིག་ཕྱས་ཀྱང་ཞེས་བྱ་བ་ཅུང་ཟད་དེ་འཁོར་མ་བསགས་ཤིང་ཅུང་ལ་བདག་ཉིད་  
གཅིག་ཕྱས་སོ། །དམ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དབའ་ལོ་སྟེ་གཡུལ་འགྱེད་བའོ། །འབྲེས་  
ལས་རྒྱལ་བྱེད་དེ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དག་པོ་དབག་ཏུ་མེད་པ་ཟིལ་གྱིས་གནོན་བའོ། །  
གལ་ཉེ་སྐྱབ་བ་དང་མཚོན་ལ་སོགས་པའི་བྱེད་པར་དང་ལྡན་བ་ཡིན་ནས་ཞེ་ན།  
ལེགས་པར་མ་ཆས་བ་ཞེས་བྱ་བ་སྟོས་སོ། །མེད་པས་ཀྱང་སྐྱབ་བ་སྟེ་གོ་ཆ་དང་  
མཚོན་ལ་སོགས་པའི་ཡོ་བྱེད་གཡུལ་དུ་དགོས་པར་གྱུར་བའོ། །རི་ལྷ་ཕྱས་དག་  
ལས་རྒྱལ་བ་ཡིན་ཞེ་ན། ཤིན་ཏུ་ལེགས་པར་ཆས་བ་ཞེས་བྱ་བ་སྟོས་ཏེ། ཐབ་མེའི་  
འཚོག་ཆས་ཡོད་ཅིང་ཆང་བ་མང་པོ་དང་ལྡན་བའོ། །

རི་སྐད་སྟོན་བ་ཡིན་ཞེ་ན། དཔེར་ན་གཡུལ་དུ་དབའ་བ་ལ་སོགས་པའི་བྱེད་  
པར་དང་ལྡན་པས་སྐྱབ་བ་དང་མཚོན་ལ་སོགས་པའི་སྟོན་པ་གཅིག་ཕྱས་ཀྱང་ཟིལ་  
གྱིས་གནོན་པར་བྱེད་ཅིང་གཡུལ་གྱི་མི་ལས་རྒྱལ་བར་བྱས་ཏེ། །བདེ་བ་དང་བདེ་  
བའི་ཡོ་བྱེད་འཛོལ་བར་བྱེད་བ་དེ་བཞིན་དུ་སྦྱིན་བ་པོ་དད་བ་ལ་སོགས་པའི་ཡོན་  
ཏན་ལྡན་པས་ནི་ཅུང་བ་ཡིན་ཡང་ཞིང་བཟང་པོ་ལ་ནོར་མུ་ཡོངས་སུ་བཏང་བས་  
ལ་རོལ་དུ་མཐོང་ངེས་ཀྱི་བདེ་བ་ལ་སོགས་པ་འཛིན་བ་ཡིན་ནོ། དད་བ་ནི་སྦྱིན་བ་  
པོ་དད་བ་ཕྱུག་སུམ་ཚོགས་བ་སྟེ། དེས་སྦྱོང་གང་ལ་བྱིན་བའོ། །རི་ལྷ་བྱ་ཞེ་ན།  
ཅུང་ཕྱིན་པས་ཀྱང་ཞེས་བྱ་བ་སྟོས་ཏེ། ཅུང་ཟད་བྱིན་ཡང་སྟེ་གང་ཟན་ཾོན་ཆང་  
གཅིག་ལ་སོགས་བ་ཡིན་ནོ། །ཡང་གི་སྐྱ་ནི་མང་པོ་ལྟ་བུ་སྟོས་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ།  
རི་སྐད་བཤད་པ། ཞིང་བྱེད་པར་ཅན་ལ་སེམས་དང་བས་ཕུལ་བ་ནི་ཅུང་ཞེས་བྱ་

བ་གང་ཡང་མེད་དོ་ཞེས་བརྗོད་པའོ། །དེས་ནི་དེ་དག་ཅེས་བྱ་བ་ནི་རྩུང་བའི་སྒྲིན་  
 བ་དེས་ཀྱང་སྒྲིན་བ་པོ་དེ་དག་བདེ་བར་འབྱུང་བ་སྟེ། གཞན་དུ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འཇིག་  
 རྟན་པ་རོལ་དུ་སྒྲེ་བ་དུ་མར་འབྲས་བྱ་འབྱུང་བར་འབྱུང་རོ། །མཐོང་བའི་ཆོས་ལ་  
 ཡང་འདིའི་འབྲས་བྱ་འབྱུང་བ་ཉིད་དེ། འབྲས་ལ་འབྱུང་བ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་ནོ། །  
 རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་གཡུལ་འབྱེད་བ་དང་སྒྲིན་བ་པོ་གཉིས་མཉམ་མཁུ། གང་གཙོ་  
 པོ་ཡིན་ཞེ་ན། འདི་ན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་སོ། །

འདི་ན་ལན་བརྒྱར་གཡུལ་སྒྲོག་དབའ་པོ་བས། །

མེར་སྤྲ་དགྲར་གྱུར་ཟེལ་གྱིས་མནན་ནས་སུ། །

གང་ཞིག་ཆགས་མེད་སེམས་གྱིས་སྒྲིན་བྱེད་བ། །

དེ་དག་ཆེས་དབའ་ཡིན་བར་ངས་གསུངས་སོ། ། ༡༩།

ནི་ཞེས་བྱ་བའི་སྒྲིན་ནི་དང་གི་སྒྲིན་ཡིན་ཏེ། ཇི་ལྟར་འདི་ན་གཡུལ་འབྱེད་བ་དང་སྒྲིན་  
 བ་བྱིན་བ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ནོ། །ཅི་ཞིག་བྱས་ནས་གཡུལ་འབྱེད་བ་དང་སྒྲིན་བ་  
 པོ་ཞེས་བརྗོད་ཅེ་ན། ལན་བརྒྱར་གཡུལ་འབྱེད་བ་དང་ཞེས་བྱ་བ་སྟོས་ཏེ། རྩུང་བ་  
 ལན་བརྒྱའམ། གཡུལ་སྒྲོད་བ་བརྒྱ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ནོ། །མི་མཐུན་བའི་སྤྲུགས་  
 དང་བཅས་པའི་ཐབ་མོ་དེ་དག་ནི་གཡུལ་ལོ། །བརྒྒྱ་ག་ཅེས་བྱ་བ་ནི་ཟེལ་གྱིས་  
 མནན་བ་སྟེ། དགྲར་གྱུར་བ་དང་། གཞོད་པར་བྱེད་པའི་གང་ཟག་ཟེལ་གྱིས་མནན་  
 བ་དང་སྤྲ་བཞོང་བ་ནི་གཡུལ་ལས་བརྒྒྱ་ག་བ་ཞེས་བརྗོད་དོ། །གང་ཞིག་མེར་སྤྲ་སྟེ།  
 སྒྲིན་བ་དང་མི་མཐུན་བའི་སེམས་ལས་བྱུང་བའི་ཆོས་དགྲར་གྱུར་ཅིང་དགྲ་དང་འབྲ་  
 བར་གཞོད་བ་བྱེད་བ་གཉིན་པོ་བརྒྱ་ཟག་མངོན་དུ་བྱས་པས་རྒྱབ་དུ་པོར་ཞིང་ཀུན་  
 དུ་མི་སྒྲོད་པའི་སྒྲོར་བ་པོས་ཟེལ་གྱིས་གཞོན་པར་འབྱུང་བའོ། །འདི་གཉིས་ལས་

གཙོ་བོ་བསྟན་པའི་ཕྱིར། དབང་བོ་བས་ཞེས་བྱ་བ་སྟོས་ཏེ། གཡུལ་དཔག་ཏུ་མེད་  
 བ་ལས་རྒྱལ་བའི་དབང་བོ་ཐབ་མོ་བྱེད་བ་ལས་ཏེ། འིན་ཏུ་རགས་བར་མཆོན་བ་  
 དང་རེ་ཞིག་པའི་དགྲ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་དག་ཅེས་བྱ་བ་ནི་སྦྱོན་བ་པོ་ཉིད་དོ། །  
 ཆེས་དབང་ཡིན་བར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཆེས་པ་རོལ་གཞོན་བ་ཡིན་ཏེ། ནང་གི་སྤྱོད་བ་དང་  
 རྟོགས་བར་དཀའ་བ་དང་། རྒྱུན་གྱི་དགྲ་ཅ་བ་ནས་བཅད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་གང་  
 ཡིན་ཞེ་ན། གང་ཞིག་ཆགས་མེད་སེམས་ཀྱིས་སྦྱོན་བྱེད་པ། །ཞེས་བྱ་བ་སྟོས་ཏེ།  
 བན་འདོགས་པའི་བསམ་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྦྱོན་བ་བྱ་བ་དཀའ་བར་གྱུར་ན་ནི་  
 ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་སོགས་བ་དཀའ་བར་མ་བཤད་ཀྱང་གྲུབ་བ་ཡིན་ནོ། །དགེ་བ་འིན་  
 ཏུ་དཀའ་བ་ཡིན་ཡང་འབྲས་བྱ་འདོད་བ་ཉིད་ཡིན་པས་གཅིག་ཏུ་བྱ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་  
 བསྟན་པའི་ཕྱིར། བསོད་ནམས་རྣམ་སྦྱོན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་བ་སྟོས་སོ། །

བསོད་ནམས་རྣམ་སྦྱོན་བདེ་བ་ལྟེ།

མངོན་བར་བསམས་བ་འབྱོར་བར་བྱེད།

སྤྱར་དུ་ཞི་བ་དམ་བ་ཡི།

སྤྱང་ན་འདས་བ་ཐོབ་བར་འགྱུར། ༡༣།

བཅོམ་ལྷན་འདས་མངོན་བར་རྟོགས་བར་སངས་རྒྱས་བ་ན་ཆོང་བ་ག་གོན་དང་  
 བཟང་བོ་གཉིས་ཀྱིས་བསོད་སྟོམས་བཞེས་ཏེ། གཉིས་ཀྱི་སྦྱོན་བ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་  
 བར་མཛད་ནས་ཆོགས་སུ་བཅད་བ་གསུམ་གསུངས་སོ། །བདེ་བ་རྣམ་པར་སྦྱོན་བ་  
 བདེ་བའི་བདག་ཉིད་དེ། །བདག་ཉིད་ཆོམ་བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་དང་། བདེ་བའི་འཆོག་  
 ཆས་ཐོབ་བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་གང་ཡིན་ཞེ་ན། བསོད་ནམས་ཞེས་བྱ་བ་སྟོས་  
 ཏེ། སྦྱོན་བ་ལ་སོགས་པའི་ལེགས་བར་སྦྱོད་པའོ། །འདི་ཉིད་ག་ལས་ཤེ་ན་བཤད་པ།

འདི་ལྟར་དེ་དང་ལྟན་ན་ནི་མངོན་པར་བསམས་པ་ཐམས་ཅད་འབྱོར་བར་བྱེད་དོ་  
 ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། གང་གི་ཕྱིར་བསོད་ནམས་དང་ལྟན་ན་ནི་ཡིད་ལ་བསམས་པ་མཐའ་  
 དག་ཚྲིགས་པར་འགྱུར་རྟེ། དེའི་འདོད་པ་འབྱུང་བ་ཙམ་གྱིས་ཁང་བ་དང་བཞོ་བ་  
 དང་སྦྱེད་མོས་ཆལ་ལ་སོགས་པའི་དངོས་པོ་འབྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །འཛིག་རྟེན་པའི་  
 མངོན་པར་འདོད་པའི་བསོད་ནམས་ཀྱི་འབྲས་བུ་བསྟན་ནས་འཛིག་རྟེན་ལས་  
 འདས་པའི་བཤད་པ། ལྷར་དུ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་ལྷར་བཞིན་དུའོ། །ཞི་བ་དམ་པ་ནི་ཞི་  
 བའི་མཆོག་ཏུ་གྱུར་བ་སྟེ། དུས་དེ་ཙམ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །

སྟག་བསྐལ་ལས་འདས་པར་གྱུར་བ་ནི། ལྷ་ངན་ལས་འདས་པར་གྱུར་བ་སྟེ།  
 ལྷ་ངན་ལས་འདས་པ་ཐོབ་པའོ། །དང་གི་སྤྱི་ནི་མངོན་པར་མཐོ་བའི་འབྱོར་བ་གཅིག་  
 ལྟར་མ་ཟད་དོ་ཞེས་པའོ། །ཡང་ན་བསོད་ནམས་བྱ་བའི་དངོས་པོ་གསུམ་བསྟན་  
 པའི་དོན་ནི་འདི་སྟེ། བསོད་ནམས་ཀྱི་སྤྱི་ནི་སྤྱིན་པ་སྟོན་པ་ཡིན་ནོ། །མངོན་  
 པར་བསམས་པ་འབྱོར་བར་བྱེད། །ཅེས་བྱ་བ་ནི་རྩལ་ཁྲིམས་རྟེ། རྩལ་ཁྲིམས་དང་  
 ལྟན་པས་ནི་བསམས་པ་འབྱོར་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་མདོ་ལས་གསུངས་སོ། །ལྟག་  
 མས་ནི་བསྒྲོམས་པ་བསྟན་རྟེ། །རྒྱ་མེད་བ་དང་ནམ་བར་སྤོན་པ་མེད་བ་དང་། རང་  
 བཞིན་དང་དབང་ལྷགས་ལ་སོགས་པ་མི་མཐུན་པ་རྒྱུར་སྤྱོད་པ་ནི་མ་ཡིན་རྟེ། བཤད་  
 པ། འཛིག་རྟེན་པ་དག་ནི་ངོ་མོ་ཉིད་ཀྱིས་འབྱུང་ཞིང་ངོ་མོ་ཉིད་ཀྱིས་འཛིག་རྟེན་  
 བདག་གིས་བྱས་པ་ནི་མེད་དོ། །དེ་བས་ན་འབྱུང་པོ་རྣམས་ལ་གང་གིས་མཐོང་བ་  
 དེ་ནི་མཐོང་བའོ། །སྤྱོད་པ་འདི་དག་ནི་རང་བཞིན་ཡིན་རྟེ། ཡོན་ཏན་འདི་དག་ལ་  
 ལྟན་པས་བསྒྲིབས་པའི་ཕྱིར་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་འཛིན་ཅིང་བདག་གིས་བྱས་སོ་ཞེས་  
 མཁས་པ་མ་ཡིན་པ་དག་སེམས་རྟེ། རྩ་ཡང་དགུག་པར་བྱ་བ་ལ་དབང་བྱེད་དེ། སྤྱི་

བ་སོ་འདི་ཤེས་བ་ཡོད་མིན་ཏེ། རང་གི་བདེ་སྤྱད་བདག་ལ་རང་དབང་མེད། །ཚུལ་  
 འདོད་དང་ཐར་བ་རྣམས། །སྤྱི་བུའི་རྒྱུ་ནི་ཤེས་བར་བྱ། །དབང་སྤྱད་གིས་  
 བཏང་ཡང་ན་གཡང་སའམ། །མཐོ་རིས་དག་ཏུ་འཕྲོ་བ་ཁོ་ནར་ཟད། །ཅེས་བྱ་བ་ལ་  
 སོགས་བཤོ། །བསོད་ནམས་ལས་བྱུང་བའི་འབྲས་བུ་རྣམ་པར་སྤྱོད་བ་ནི་རིས་བར་  
 བགོགས་མེད་དོ་ཞེས་བསྟན་པའི་བྱིར། གཞན་ལས་བྱུང་བ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་  
 བ་སྒྲིམ་སོ། །

བསོད་ནམས་བྱེད་བ་རྣམས་ལ་ནི།

གཞན་ལས་བྱུང་བའི་གཞོད་བ་དང་།

ལྷ་དང་བདུད་ཀྱི་རིས་རྣམས་ཀྱིས།

བར་ཆད་བྱ་བར་མི་རྒྱས་སོ། ༡༧

གཞན་ལས་འོངས་བ་སྟེ། གཞན་གྱི་རྒྱ་ཅན་དང་བྱི་རོལ་ལས་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ཏོ། །  
 དེས་ཀྱང་བགོགས་བྱེད་བར་མི་རྒྱས་ན་རྒྱ་མེད་བ་རྣམས་ཀྱིས་ལྷ་སྒྲིམ་ཀྱང་ཅི་  
 དགོས་ཞེས་བཤོ། །གཞོད་བ་ནི་ཉེ་བར་འཆེ་བ་སྟེ། ཡམས་ཀྱི་ནད་ལ་སོགས་བཤོ། །  
 གཞོད་བ་བྱེད་བ་བསྟན་པའི་བྱིར། ལྷ་དང་བདུད་ཀྱི་རིགས་རྣམས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་  
 སོགས་བ་སྒྲིམ་ཏེ། བདུད་ཀྱི་འཁོར་དང་། བདུད་ཀྱི་གནས་དང་། ཉེ་བར་སྦྱོད་པ་  
 ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ཏེ་གཞན་འདི་དག་གང་གིས་ཀྱང་གཞོད་བ་བྱེད་བ་ལས་འཇུག་  
 བ་མ་ཡིན་ཞིང་བར་ཆད་བྱ་བར་མི་རྒྱས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། མངོན་པར་འདོད་པའི་  
 འབྲས་བུ་འཕྲོ་བ་ལ་བགོགས་བྱེད་པའི་མཐུ་མེད་པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་བྱིར་བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་དཔལ་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཚོགས་ཁྱད་པར་ཅན་བསགས་པས་རྡོ་རྗེ་གདན་ལ་  
 བཞུགས་པ་ན་བར་དུ་གཞོད་པའི་བྱིར་བདུད་ཀྱིས་བསྐྱེད་པའི་འབྲུང་པོའི་རིགས་

བྱེ་བ་ཕྱག་སྤྲུལ་ཅུ་ཅུ་ག་སྟེང་དང་། ལྷ་དེ་དག་ཆོས་ཆོས་མེད་པར་འོངས་ན་ཡང་  
བྱང་ཆུབ་ལ་བར་དུ་གཅོད་པར་མི་རུས་ལ་དེ་དག་གིས་རྫོ་རྩེ་སོགས་པའི་མཆོན་  
ཡང་འཕེན་པར་མི་རུས་སོ། །འཛིག་རྟེན་པའི་བསོད་ནམས་ཀྱི་བདེ་བ་འཛོལ་བས་  
བགེགས་བྱ་བར་མ་རུས་བཉི་ཆེར་མ་ཟད་དེ། འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་བདེ་  
བས་ཀྱང་མི་རུས་པར་བསྟན་པའི་ཕྱིར་གལ་ཏེ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་འོན་ཏེ།

གལ་ཏེ་སྤྱག་བསྐྱལ་ཟད་བྱའི་ཕྱིར།

འབགས་དང་ཤེས་རབ་གཏོང་ལྡན་ལ།

དེ་ཡིས་འབད་ཚལ་བྱས་ན་ནི།

ལྷག་མཐོང་གིས་ནི་རེག་པར་འགྱུར། ༡༥།

དེ་ཡིས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེ་ཉིད་ཀྱིས་སོ། །བསོད་ནམས་འབད་བཅལ་བྱས་ན་ནི། །  
ཞེས་བྱ་བ་ནི་བཅལ་ཞིང་ཡང་དག་པ་རི་ལྷ་བ་བཞིན་དུ་བྱེད་པའི་བཙོན་འགྲུས་  
ཚུལ་པའོ། །འབགས་པ་ནི་སྤྲིག་པའི་ལས་སྟོག་པ་སྟེ། འདིས་ནི་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་  
ལྡན་པར་བསྟན་ཏོ། །ཤེས་རབ་ཅེས་བྱ་བ་ནི་འཕྲོ་བ་དང་སྦྱོར་བ་སྦྲངས་པ་ཞེས་བྱ་  
བའི་དོན་ཏོ། །འདིས་ནི་སྟོ་སྟོན་དུ་འཕྲོ་བས་བསྟོམ་པར་བསྟན་ཏོ། །གཏོང་ལྡན་ལ་  
ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྦྱིན་པ་མཆོག་དུ་བྱེད་ཅིང་བཙོན་འགྲུས་ལ་འཇུག་པའོ། །དེའི་བསོད་  
ནམས་རྣམ་པ་གསུམ་གྱི་ཕན་ཡོན་གྱི་བྱང་པར་བསྟན་པའི་ཕྱིར། སྤྱག་བསྐྱལ་  
ཞེས་བྱ་བ་སྟོས་ཏེ། གང་དེ་ལྷར་གྲུས་པས་ལེགས་པར་སྦྱོང་བ་ན་རྣམ་པ་གསུམ་  
ལ་མཆོག་དུ་བྱེད་པ་དེ་ནི་འཁོར་བའོ། །ཟད་བྱའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མཐར་ཕྱིན་པ་  
ཐོབ་པའོ། །རེག་པར་འགྱུར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྩེ་སྤྲུལ་མཐུན་པའི་སྟོང་ཐོབ་པ་ཞེས་བྱ་  
བའི་དོན་ཏོ། །རི་ལྷ་བྱ་ཐོབ་པར་འགྱུར་ཞེ་ན། ལྷག་མཐོང་ཞེས་བྱ་བ་སྟོས་ཏེ། སྤྱག་

བསྐྱེད་ལ་སོགས་པ་བདེན་པ་བཞི་གང་མཐོང་བ་ཅས་ཀྱིས་ལྷག་མཐོང་སྟེ། བདེན་  
པ་ཡང་དག་པར་མཐོང་བར་འགྱུར་བ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ཏེ། །གང་གི་ཕྱིར་མཐོང་  
བའི་ལམ་མངོན་སུམ་དུ་མ་བྱས་པས་ནི་གོང་མའི་ལམ་བསྐྱོམ་པ་ལས་བསྐྱོག་ཅིང་  
བཅད་པར་མི་རྒྱས་སོ། །གང་དེ་ལྟ་བུ་ཉིད་ནི་བདེ་བ་འཛོལ་བ་ཡིན་ནི་ཞེས་བསྟན་  
བའི་ཕྱིར་སེམས་ནི་རབ་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་སོ། །

སེམས་ནི་རབ་ཏུ་རྣམ་དང་བས། །

ཚེས་ལ་དགའ་བྱེད་བདེ་བ་འཛོལ། །

འཕགས་པས་གསུངས་བའི་ཚེས་དག་ལ། །

མཁས་བ་རྟག་ཏུ་དགའ་བར་བྱེད། ༡༦།

ཀ་འི་ནི་ཆེན་པོ་དག་ལ་རྟག་ཏུ་སྟོང་པོ་མེད་པས་རྟག་ཏུ་སྟོང་པོ་མེད་པ་ལ་གསོ་  
སྦྱང་བྱེད་པ་སྟེ། དེ་བས་ན་གསོ་སྦྱང་ལ་མངོན་པར་མི་ཕྱོགས་ལ་མི་འོང་ཞིང་ལས་  
བསྐྱོམ་པ་ལ་མངོན་པར་མི་དགའ་བ་ལས་བརྩམས་སོ། །གཞན་དག་ནི་བྱས་ཟེ་མ་  
ཐག་རེས་འདི་སྐད་དུ། སེམས་ནི་རབ་ཏུ་དང་བ་ཡིས། །འཛིག་རྟེན་བདེ་བ་གང་  
གིས་འཛོལ། །འཕགས་པས་བསྟན་བའི་ལམ་དག་ལ། །གང་ཞིག་རྟག་ཏུ་དགའ་  
བར་འགྱུར། །ཞེས་ཞུས་པས། དེས་འདི་གསུངས་སོ་ཞེས་ཟེར་རྒྱུ། ཚེས་མངོན་པར་  
རྟགས་པ་ལས་སྟེས་བའི་དགའ་བ་ནི་ཚེས་ལ་གནས་བའི་དགའ་བ་སྟེ། དེས་དེ་བདེ་  
བར་གནས་པའོ། །འདིར་ཚེས་ནི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་བདེན་པ་རྣམ་པ་བཞིའོ། །གང་  
གིས་དེ་ལ་དགའ་བ་ཉམས་སུ་སྦྱང་བ་ཡིན་ཞེ་ན། སེམས་ནི་རབ་ཏུ་རྣམ་དང་བས། །  
ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། ཤེས་ནས་དད་པ་དང་ལྡན་པའི་ཕྱིར་ཡིད་ཀྱིས་ཆད་པ་མེད་  
པའོ། །འཕགས་པས་གསུངས་བའི་ལམ་དག་ལ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེ་བཞིན་གསེགས་

བས་གསུངས་པའི་ཐར་པ་ཐོབ་པའི་ལམ་ལོ། །མཁས་པ་ནི་རྟོགས་པ་སྟེ། ལས་  
 དང་ལམ་མ་ཡིན་པའི་བྱད་པར་ཤེས་པའོ། །དེ་ལས་གཞན་པའི་ཐར་པའི་ལམ་ས་  
 དཔྱེགས་བས་དེ་ཉིད་ལ་རྒྱན་དུ་དགའ་བར་བྱེད་པ་སྟེ། རྟོགས་ནས་མཐོང་བའི་བྱ་  
 བྱ་ལ་མངོན་པར་དགའ་བ་བཞིན་ནོ། །གང་དེ་ལ་མངོན་པར་དགའ་བའི་སྒོ་དང་ལྡན་  
 པ་ནི་བདེ་བའི་བསོད་སྦྱོམས་ལ་རྒྱུད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བསྟན་པའི་ཕྱིར། གང་དག་  
 ཅས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྦྱོས་སོ། །

གང་དག་སེམས་ནི་བསམ་གཏན་དགའ།

གང་ཞིག་སྦྱེ་མེད་དགའ་བ་དང་།

འན་བཅེ་བར་གཞག་བཞི་དང་།

བྱང་རྩལ་ཡན་ལག་བརྟན་དག་དང་། ༡༥།

དེ་ནས་དགོན་པ་བའི་བསོད་སྦྱོམས་པ་དགེ་སྦྱོང་རབ་རྩ་མང་པོས་བཙམ་ལྡན་  
 འདས་ལ་འདི་སྐད་ཅེས་གསོལ་རྟོ། །བརྟན་པ་གང་དག་གིས་ཡུལ་འཁོར་གྱི་བསོད་  
 སྦྱོམས་དོན་ཡོད་པར་རྒྱུད་ཅིང་ཆོས་གོས་འཆང་བ་ལགས་ཞེས་པ་དང་། རི་ཙམ་  
 བ་དེ་ལས་བརྩམས་ཏེ་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་གསུངས་སོ། །གང་དག་ཅེས་བྱ་བ་ནི་  
 བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་དག་གོ། །སེམས་ནི་བསམ་གཏན་དགའ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཉིང་དེ་  
 འཛིན་དང་སྒྲོམ་པ་ལ་འདོད་པ་ཐོབ་པ་སྟེ། དེ་ལས་མངོན་པར་བརྟན་པས་ནི་ཐར་  
 པའི་ལམ་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །གང་ཞིག་སྦྱེ་མེད་དགའ་བ་དང་། །ཞེས་བྱ་བ་ལ།  
 སྦྱེ་བ་མེད་པའི་སྦྱ་ནི་ཐར་པའི་རྣམ་གངས་ཡིན་ཏེ། གང་དུ་སྤྱང་སོ་ལེན་པ་མེད་པ་  
 དེ་ནི་མྱ་ངན་ལས་འདས་པའི་གནས་ཡིན་པས་གང་དེར་སྦྱག་པར་འདོད་ཅིང་དགའ་  
 པའོ། །གང་གི་རིམ་བས་བསམ་གཏན་དང་སྒྲོམ་པ་ལ་ཤིན་ཏུ་དགའ་བ་ཡིན་ཞེ་ན།



ཐན་བ་ཉི་བར་གཞག་པ་བཞི་དང་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། དགའ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་ལ་  
 སྦྱར་རོ། །ལུས་ལ་སོགས་པ་ལ་བརྟག་པས་ཡོངས་སུ་འཇུག་ཅིང་མངོན་པར་དགའ་  
 བས་འཇུག་པའོ། །ལུས་དང་སེམས་ཀྱི་ཚམས་ནི་ཐ་དད་བ་ཉིད་དུ་བརྟག་པར་བྱའོ་  
 ཞེས་ལུང་ལས་བཤད་དོ། །དེ་སྒོམ་བ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་ན་ནི་ཟག་པ་མེད་པའི་ལམ་  
 བསྒོམ་པ་ལ་ཡང་སེམས་མངོན་པར་དགའ་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བསྟན་པའི་བྱིར།  
 བྱང་ཆུབ་ཡན་ལག་བདུན་དག་དང་། །ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། ཐན་བ་ཡང་དག་བྱང་ཆུབ་  
 ཀྱི་ཡན་ལག་ལ་སོགས་པ་ཟད་ལ་མི་སྟེ་བའི་ཆུལ་གྱི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཡན་ལག་སྟེ།  
 འཛོལ་བར་བྱེད་པའི་རྒྱ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་བྱས་ནས་སོ། །གཅིག་ཏུ་ཟག་པ་མེད་པའི་  
 བྱིར་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཡན་ལག་ནི་འདིར་མཐོང་བའི་ལམ་དུ་བསྟན་ཏོ། །ཐན་བ་ཉི་བར་  
 གཞག་པ་བསྒོམ་པའི་གས་ཆེ་བའི་མཐུས་ནི་འདི་འབྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །

རྩ་འབྲུལ་རྒྱུ་པ་བཞི་རྣམས་དང་།

ཡན་ལག་བརྒྱད་ལམ་གང་དགའ་བ།

དེ་དག་ཚམས་གོས་འཆང་བ་དང་།

བསོད་སྦྱོམས་བདེ་བར་ཐ་བར་བྱེད། ༡༡།

རྩ་འབྲུལ་འཛོལ་བའི་མཚན་མ་ཡིན་པའི་བྱིར་དེ་ནི་བསྒོམ་པའི་ལམ་བསྟན་ཏེ། རྩ་  
 འབྲུལ་རྒྱུ་པ་བཞི་རྣམས་དང་། །ཞེས་བྱ་བ་འདུན་པ་དང་། །བཙུན་འབྲུལ་དང་།  
 དཔྱོད་པ་དང་། །ཉིང་རེ་འཛིན་ཞེས་བྱ་བའི་མིང་ཅན་དག་གོ། །ལམ་ཡན་ལག་བརྒྱད་  
 ཅེས་བྱ་བ་ནི་འཕགས་པའི་ལམ་དག་གོ། །མཐོང་བའི་ཚམས་ལ་བདེ་བར་གནས་པའི་  
 བྱིར་མི་སྟོབ་པའི་ལམ་དང་ཟག་པ་མེད་པའི་ལམ་སོ། །གང་དགའ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
 མངོན་པར་དགའ་བ་སྟེས་པའོ། །དེ་དག་བསོད་སྦྱོམས་བདེ་བར་ཐ་བར་བྱེད། །ཅེས་

བྱ་བ་ནི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་མེད་པའི་བཟའ་བ་དང་བརྟུང་བ་བྱ་མོན་མེད་པར་མོངས་སུ་  
མོངས་སྐྱོད་པའོ། །ཚས་གོས་འཆང་བ་དང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྒྲིམ་བཙོན་དག་གྱོན་ཞིང་  
འཆང་བའི་གོས་དག་གོ།

དེ་དག་རི་དང་ནགས་ཆལ་ན།

བདེ་བར་འཆག་པར་བྱེད་བ་དང་།

དེ་དག་བདེ་འཛོལ་བདེ་བར་ནི།

མཐོང་བའི་ཚས་ལ་སྤྲ་ངན་འདལ།

འཁོན་དང་འཇིགས་བ་ཀྱན་འདས་ཞིང་།

འཇིག་རྟེན་ཡུལ་གྱི་སྤེད་ལས་ཆལ། ༡༩།

དེ་དག་བདེ་བར་འཆག་པར་བྱེད་བ་དང་། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེ་དག་གི་འཆག་ཅིང་  
རྒྱ་བ་ཡང་བདེ་བ་དང་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་མེད་པར་འཆག་པའོ། །གང་དུ་ཞེ་ན། རི་དང་  
ནགས་ཆལ་ན་ཞེས་བྱ་བ་སྒྲོས་ཏེ། རི་ནི་རི་པོ་དག་ཏུ་འོ། །ནགས་ཆལ་ནི་དགོན་བ་  
དག་ཏུ་འོ། །དེ་དག་བདེ་འཛོལ་ཅེས་བྱ་བ་ནི་མངོན་པར་འདོད་པའི་ལམ་འཛོལ་ལ་  
སྐྱོད་ཞིང་ཞུགས་པའོ། །བདེ་བར་ན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བདེ་བ་ཡང་དག་པར་སྐྱེས་བ་སྟེ།  
མཐོང་བའི་ཚས་ལ་དགའ་བ་དང་ལྡན་པའོ། །མཐོང་བའི་ཚས་ལ་སྤྲ་ངན་འདས། །  
ཞེས་བྱ་བ་ནི་མཐོང་བའི་ཚས་ཉིད་ལ་རང་གི་ལུས་ཡོད་བཞིན་དུ་མངོན་པར་འདོད་  
པའི་སྤྲ་ངན་ལས་འདས་པའི་བདེ་བ་ཉམས་སུ་སྐྱོང་བར་འགྱུར་པའོ། །འདི་ཉིད་  
ག་ལས་ཤེ་ན། འདི་ལྟར། ཁོན་དང་འཇིགས་བ་ཀྱན་འདས་ཤིང་། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་བ་ཐམས་ཅད་སྤངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྗེ་ལྟར་བྱས་བས་དེ་ལྟར་  
འགྱུར་ཞེ་ན། །འཇིག་རྟེན་ཡུལ་གྱི་སྤེད་ལས་ཆལ། །ཞེས་བྱ་བ་ཉོན་མོངས་བ་དང་

ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་པའི་ཅ་བ་སྟེང་བ་བྱངས་ལྷང་བའི་ཕྱིར་རོ། །སྲིད་བ་སྤངས་པས་  
ཡོན་ཏན་འཛོལ་ཅིང་དགའ་བ་ལ་སོགས་པའི་བྱད་པར་དང་ལྡན་པ་ཡིན་ཏེ། དེས་ན་  
ཡང་ཆོས་ཐོས་པ་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་སོ།།

ཆོས་ཐོས་པ་དང་མཐོང་བ་དང་།།

དཔེན་པར་དགའ་བ་བདེ་བ་སྟེ།།

འཇིག་རྟེན་སྟོན་ཆགས་འབྱུང་པོ་ལ།།

འཆེ་མེད་ཡང་དག་སྟོན་པ་བདེ།༥༠།

དུས་མ་ཡིན་པའི་སྟོན་ཞག་བདུན་གྱི་བར་དུ་བྱང་ནས་སྤྱིའི་རྒྱལ་པོ་བཏང་བཟུང་  
གིས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་སྐུ་ལ་གདེངས་ཀ་ཆེན་པོ་བྱས་ཏེ་ལན་བདུན་དུ་འབྱུང་  
ནས་གནས་སོ། །ཞག་བདུན་འདས་པ་དང་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་སྐུ་ལ་འབྱུང་བ་  
བཏང་ནས་ཐལ་མོ་སྦྱར་ནས་འདི་སྐད་ཅེས་གསོལ་རྟོ། །བཅུན་པ་བྱེད་ཞག་བདུན་  
པོ་འདི་ལ་གང་བར་མ་གྱུར་ཏམ། ཆ་བར་མ་གྱུར་ཏམ། སྤང་བྱ་དང་། ག་སྤང་དང་།  
སྟོན་སྐུ་ལ་གྱིས་རེག་པར་མ་གྱུར་ཏམ། ལུས་ཡོངས་སུ་གདུང་བར་མ་གྱུར་ཏམ་  
ཞེས་ཞུས་པ་དང་། ཆོགས་སུ་བཅད་པ་གཉིས་པོ་འདི་གསུངས་སོ། །བདེ་བ་ནི་  
ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་མེད་པའི་བདེ་བའི་རྒྱལོ། །དཔེན་པ་ནི་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ། དེའི་བདེ་  
བའི་རྒྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་གང་གི་བདེ་བ་ཡིན་ཞེ་ན། དགའ་བས་ཞེས་བྱ་བ་  
སྟོས་ཏེ། ཆོས་གོས་ངན་རྩོད་ཅམ་དག་གིས་ཡོངས་སུ་ཆོག་ཤེས་པ་སྟེ། དཔེན་པ་  
ན་ཆོག་མི་ཤེས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ།།

ཆེན་པོ་འདོད་པ་ལ་ཆོག་མི་ཤེས་པ་མེད་པའོ་ཞེས་སོ། །ཆོས་ཐོས་པ་དང་  
ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཐོས་པའི་ཆོས་ཏེ། གང་སྟོན་རྒྱབ་པས་བསྟན་པའི་ཆོས་སོ། །མང་

དུ་ཐོས་པ་དང་དབེན་པའི་བདེ་བ་ནི་རྒྱན་དུ་ཆོས་དུ་མ་ཡོངས་སུ་རྟོགས་པ་ལས་  
འབྱུག་པའི་ཕྱིར་ཐོས་པ་ལས་བྱུང་བའི་ཤེས་རབ་དང་ལྡན་པའོ། །མཐོང་བ་ནི་ཞེས་  
བྱ་བ་ནི་ཤེས་པར་བྱེད་པ་སྟེ། ཡོངས་སུ་རྟོགས་པར་བྱེད་པ་ཉིད་དེ་བསམས་པ་  
ལས་བྱུང་བའི་ཤེས་པ་དང་ལྡན་པའི་ཕྱིར་རོ། །འཇིག་རྟེན་འཆེ་མེད་བདེ་བ་ཡིན། །  
ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྣམ་པར་འཆོ་བ་གཞན་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་པའོ། །དེ་དགག་པ་ནི་འཆོ་  
བ་མེད་པའོ། །

གང་ལ་ཞེ་ན། འཇིག་རྟེན་ཞེས་བྱ་བ་སེམས་ཅན་ལ་སྟེ། སེམས་ཅན་ཐམས་  
ཅད་ལ་བྱམས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ཆོག་གིས་སོ། །དེ་ནི་གཞལ་དུ་མེད་པའི་བདེ་བའི་  
རྒྱ་ཁྱུར་པའི་ཕྱིར་རྟེ། བདེ་བའི་སྤྲན་བསྟེན་པས་བདེ་བ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་ནོ། །འདིས་  
ནི་བསྟོམས་པ་ལས་བྱུང་བའི་ཤེས་པ་བསྟན་རྟོ། །སྟོག་ཆགས་འབྱུང་པ་ལ་ཡང་  
དག་པར་སྟོམ་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་འདིས་ནི་རྩལ་ཁྲིམས་ཀྱི་སྟོམ་པ་ལུན་སུམ་ཆོགས་  
བར་བསྟན་རྟེ། ཐོས་པ་ལས་བྱུང་བ་ལ་སྟོགས་པའི་ཤེས་པ་ཡང་དེ་ལ་གནས་པའི་  
ཕྱིར་རོ། །རི་སྐད་དུ། རྩལ་ཁྲིམས་ལ་གནས་ན་ནི་ཐོས་པ་དང་བསམས་པ་དང་ལྡན་  
ཞིང་བསྟོམ་པ་ལ་སྦྱར་བར་འབྱུང་རོ་ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡང་ན་དབེན་པ་  
ནི་རྣམ་པ་གཉིས་རྟེ། འདིར་ནི་སེམས་དབེན་པ་བསྟན་རྟོ། །དགའ་བ་ཡང་རྣམ་པ་  
གཉིས་རྟེ། འདིར་ནི་འདུས་མ་བྱས་པ་ལས་དགའ་བ་བསྟན་རྟོ། །ཆོས་ཐོས་པ་ཡང་  
རྣམ་པ་གཉིས་རྟེ། རྣ་བའི་རྣམ་པར་ཤེས་པས་ཐོས་པ་དང་། སྟོག་པ་ལ་མི་གནས་  
པའོ། །འདིར་ནི་འོག་མ་ལ་དགོངས་པའོ། །འཆོ་བ་མེད་པ་ཡང་གཉིས་རྟེ། རྩལ་  
ཁྲིམས་ཀྱི་རང་བཞིན་དང་། བསྟོམ་པའི་རང་བཞིན་ནོ། །འདིར་ཡང་བྱེ་མས་བསྟན་  
རྟོ། །བདེ་བ་ཡང་རྣམ་པ་གཉིས་རྟེ། ལུས་དང་སེམས་ཀྱི་དབྱེ་བས་སོ། །འདིར་ནི་

སེམས་ཀྱི་འོ། །འཇིག་རྟེན་ཡང་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ། སེམས་ཅན་དང་སྡོད་ཀྱི་དབྱེ་བས་  
སོ། །འདིར་ནི་སེམས་ཅན་ལ་བསྟན་ཏོ། །སྟོན་ཆགས་འབྱུང་པོ་ནི་རྣམ་པ་གསུམ་  
སྟེ། འདས་པ་དང་མ་འོངས་པ་དང་ད་ལྟར་བྱུང་བའོ། །འདིར་ནི་ད་ལྟར་བྱུང་བ་ཉིད་  
བསྟན་ཏོ། །ཡང་དག་པར་སྡོམ་པ་ནི་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ། །ལུས་དང་དག་ལེགས་པར་  
སྡོམ་པ་དང་། ཉོན་མོངས་པ་ཀྱན་ཏུ་སྡོམ་པའོ། །འདིར་ནི་ཐ་མ་ལ་དགོངས་སོ། །

འདོད་བ་རྣམས་ལས་རབ་འདས་ཤིང་།།

འཇིག་རྟེན་འདོད་ཆགས་བྲལ་བ་བདེ།།

ངའོ་སྟམ་བའི་ང་རྒྱལ་དག།

བརྟལ་བ་དེ་དག་མཚན་ཏུ་བདེ། ༡༡

འཇིག་རྟེན་འདོད་ཆགས་བྲལ་བ་བདེ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་གང་འདོད་བའི་ཁམས་དེའི་  
ཡུལ་ལ་ཆགས་པ་མེད་པས་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་སྟེ། དེ་ནི་བདེ་བ་རྣམ་པ་ཏུ་མ་དང་  
འབྲེལ་བའི་རྒྱར་རྒྱར་བའི་ཕྱིར་རོ། །འདོད་བ་རྣམས་ལས་རབ་འདས་ཤིང་། །ཞེས་  
བྱ་བ་ནི་འདོད་བའི་ཁམས་ཀྱི་ཉོན་མོངས་པ་ལས་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བར་ཡང་  
བདེ་བ་དང་འབྲེལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །ངའོ་སྟམ་བའི་ང་རྒྱལ་དག །བརྟལ་བ་ཞེས་བྱ་བ་  
ནི་འཇིག་ཚོགས་ལ་ལྟ་བའི་རྗེས་སུ་འཇུག་བའི་ང་རྒྱལ་བརྟལ་བ་སྟེ་སྤངས་པའོ། །  
འདིས་ནི་ཁམས་གོང་མ་གཉིས་ལས་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བར་བསྟན་ཏེ། དེའི་  
ས་པ་ནི་ངའོ་སྟམ་བའི་ང་རྒྱལ་བྱད་བར་ཅན་ཡོད་པས་རྗེས་སུ་དབག་པར་བསྟན་  
ཏོ། །དེ་དག་མཚན་ཏུ་བདེ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ངའོ་སྟམ་བའི་ང་རྒྱལ་འདི་ཉིད་བརྟལ་བ་ནི་  
བདེ་བའི་གཙོ་བོ་ཡིན་ནོ། །ཡང་ན་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་ཡང་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ།  
ཡོངས་སུ་བརྒྱུང་བ་མེད་པ་གཙོ་བོ་དང་དངོས་པོ་གཙོ་བོའོ། །འདིར་ནི་འོག་མ་ཉིད་

བསྟན་ཏོ། །འདོད་པ་ལས་རབ་ཏུ་འདས་པ་ཡང་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ། སྤྱིས་པ་དང་ཉོན་  
 མོངས་པ་སྤངས་པའོ། །འདིར་ཡང་འོག་མ་ཉིད་བསྟན་ཏོ། །ངོ་སྤྱུམ་པའི་ང་རྒྱལ་  
 ཞེས་བྱ་བ་འདིས་ནི་ཉོན་མོངས་པ་ཐམས་ཅད་སྤངས་པར་བསྟན་ཏེ། རྣམ་པར་སྒྲོལ་  
 པའི་བདེ་བའོ། །ངོ་སྤྱུམ་པའི་ང་རྒྱལ་སྤངས་པས་ནི་ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་སོགས་པ་  
 འཛོལ་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བསྟན་པའི་བྱིར་སྤྱོད་པ། ཆས་ཁར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་  
 པ་སྤྱོད་སོ། །

ཆས་ཁར་ཚུལ་ཁྲིམས་ལྡན་པ་བདེ།

དད་ལ་རབ་ཏུ་གནས་པ་བདེ།

དོན་ལྡན་ཚིག་ལ་དགའ་བ་བདེ།

སྤྱིག་པ་མི་བྱེད་པ་དག་བདེ། ༩༩།

ཆས་པའི་བར་དུ་ཅི་ཞིག་བདེ། །གང་ལ་རབ་གནས་ལེགས་པ་དང་། །ཚིག་ནི་གང་  
 ཞིག་བདེར་ཤེས་བྱ། གང་ཞིག་མིར་བྱེད་བདེར་འགྱུར་ལགས། །ཞེས་ལྷས་གསོལ་  
 པ་ལས་འདི་གསུངས་སོ། །ཆས་ཁར་ཚུལ་ཁྲིམས་ལྡན་པ་བདེ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
 བྱིས་པ་ནས་བབྱང་སྟེ་ཆས་པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་བར་དུ་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་ལྡན་པ་  
 ནི་བདེ་བའི་རྒྱར་གྱུར་པ་སྟེ། ཚཱ་བར་བྱེད་པའི་བྱིར་རོ། །དད་ལ་རབ་ཏུ་གནས་  
 པ་བདེ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་བརྟན་པར་རབ་ཏུ་གནས་པའི་བྱིར་ཏེ། ཡིད་བཞིན་གྱི་ནོར་  
 བྱའི་དངོས་པོའི་ལྟ་བུའོ། །དོན་ལྡན་ཚིག་ལ་དགའ་བ་བདེ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་བྱེད་པར་  
 གྱི་དོན་དང་ལྡན་པ་སྟེ། ཐམས་ཅད་ཀྱི་དགའ་བ་བསྐྱེད་པས་དོན་བྱེད་པར་ཅན་དང་  
 འབྲེལ་པའི་དོན་ལ་དགའ་བའོ། །སྤྱིག་པ་མི་བྱེད་པ་དག་བདེ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཉེས་  
 པར་སྦྱོད་པ་མི་སྦྱབ་པའོ། །གང་ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་སོགས་པའི་དབང་གིས་ནི་བདག་

གིར་བྱེད་པ་བསྐལ་ཞིང་དེའི་བྱེད་པར་ཐོབ་པར་བསྐྱར་བའི་བྱིར། འཇིག་རྟེན་ན་ནི་  
ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྒྲོས་སོ།།

འཇིག་རྟེན་ན་ནི་པར་འཛིན་བདེ།།

དེ་བཞིན་མར་ཡང་འཛིན་པ་བདེ།།

འཇིག་རྟེན་དགེ་སྤྱོད་འཛིན་པ་བདེ།།

དེ་བཞིན་བྲམ་ཟེར་འཛིན་པ་བདེ། ༡༣།

གང་ཞིག་པར་འཛིན་པ་དང་དེ་བཞིན་མར་འཛིན་བདེ། །གང་ཞིག་དགེ་སྤྱོད་ཤེས་  
དང་བྲམ་ཟེར་འཛིན་པ་བདེ། །ཞེས་ལྷས་ཁྱས་པ་ལས་འདི་གསུངས་སོ། །པར་  
འཛིན་བདེ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་པར་ཤེས་པ་དེ་ནི་པར་འཛིན་པ་སྟེ། དེའི་དངོས་པོ་ཉིད་  
ཡིན་པས་པར་འཛིན་པ་སྟེ། བའི་རྗེས་སུ་མཐུན་པར་འབྲུག་པ་ནི་ཤིན་ཏུ་བསོད་  
ནསས་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། ཡང་དག་པར་བསྐྱེད་པ་པའི་ཕྱིར་བདེ་བཅོ། །  
གང་ཏུ་བདེ་བ་ཡིན་ཞེ་ན། བཤད་པ། འཇིག་རྟེན་ན་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། བྱེད་པར་དུ་མིའི་  
འཇིག་རྟེན་འདིར་འདོད་དེ། དེ་ཉིད་བསྐྱར་པ་དང་ཉེ་བའི་བྱིར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་མར་  
འཛིན་པ་ཡང་ཤེས་པར་བྱའོ། །དགེ་བ་ནི་དགེ་སྤྱོད་དུ་འཛིན་པ་སྟེ། ཡང་དག་པར་  
སྒྲོས་པ་ལ་བཅོན་པའི་སྒྲུ་ལོ་མཆོད་པ་མཆོག་ཏུ་བྱེད་པ་སྟེ། དེའི་རྒྱ་ནི་དད་པ་དང་  
བཅོན་འབྲུས་དང་ལྷན་པ་དང་། སྤྱིན་པའི་ཚེས་ལ་མངོན་པར་དགའ་བ་ལ་སོགས་  
པ་ཡོན་ཏན་གསུམ་ལ་བརྟུན་ཏོ། །དེ་བཞིན་དུ་བྲམ་ཟེར་ཤེས་པ་ཡང་བརྟུན་པར་  
བྱའོ། །ཆོག་པ་བཅད་སྔ་མ་བྱེད་ཀྱིས་ནི་མན་འདོགས་པའི་ཞིང་བསྐྱར་རྟོ། །འོག་མ་  
བྱེད་པོ་འདིས་ནི་ཡོན་ཏན་གྱི་ཞིང་བསྐྱར་རྟོ། །ཡོན་ཏན་གྱི་ཞིང་ཡང་རྣམ་པ་གཉིས་  
ཏེ། རབ་ཏུ་བྱུང་བ་དང་བྱིས་ན་གནས་པ་སྟེ། དགེ་སྤྱོད་དང་བྲམ་ཟེར་གོ་རིམས་

བཞིན་དུ་བསྟན་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །གང་དེ་ལྟར་ཡོན་ཏན་སྒྲིབ་པ་མཆོག་དུ་བྱེད་  
ཅིང་བྱད་པར་ཤེས་པ་དེ་ཉིད་ནི་དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་ངེ་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་སྒྲིབ་པར་  
འགྱུར་རོ་ཞེས་བསྟན་པའི་བྱིར། སངས་རྒྱས་རྣམས་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་  
སྟོས་སོ།།

སངས་རྒྱས་རྣམས་ནི་འབྱུང་བ་བདེ།།

དེ་བཞིན་ཚམས་རྣམས་བསྟན་བ་བདེ།།

དགེ་འདུན་རྣམས་ནི་མཐུན་བ་བདེ།།

མཐུན་བ་རྣམས་ཀྱི་དཀའ་འབྱུང་བདེ། ༥༧

སངས་རྒྱས་འབྱུང་ན་ཅིར་འགྱུར་ལགས། །ཚམས་བསྟན་པས་ནི་ངེ་ཞིག་འབྱུར། །  
དགེ་འདུན་མཐུན་པས་ཅིར་འགྱུར་ཞིང་། མཐུན་བ་རྣམས་ཀྱི་ངེ་ཞིག་བདེ། །ཞེས་  
གསོལ་བ་དང་། འདི་གསུངས་སོ། །གཞན་དག་ནི་དགེ་སྟོང་རབ་དུ་མང་སྟེ་གཏམ་  
ལས་བརྒྱུ་སོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །སངས་རྒྱས་འཛིག་རྟེན་དུ་འབྱུང་བ་ནི་བདེ་བ་སྟེ།  
འཛིག་རྟེན་དང་འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་བདེ་བའི་རྒྱུར་གྱུར་པའི་བྱིར་རོ། །དེ་  
བཞིན་ཚམས་རྣམས་བསྟན་བ་བདེ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་གསུང་རབ་ཡན་ལག་བརྒྱ་གཉིས་  
ཉེ་བར་བསྟན་པའོ། །དགེ་འདུན་མཐུན་པ་ནི་ཚོགས་དགེ་བ་པན་རྩོད་རྩེས་སུ་  
མཐུན་བ་སྟེ། དམ་པའི་ཚོས་སྟོན་པ་ལ་རྩེས་སུ་མཐུན་པའི་རྩལ་གྱིས་འཕགས་པའི་  
ལམ་ལ་འཇུག་པའོ། །མཐུན་བ་རྣམས་ཀྱི་དཀའ་འབྱུང་བདེ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་མཐུན་བ་  
རྣམས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བརྒྱུང་བ་དེ་ཉིད་ཉོན་མོངས་པ་དང་ལས་གདུང་བར་བྱེད་པ་  
བཞིན་དུ་རྩལ་ཁྲིམས་དང་ཉིང་དེ་འཛིན་དང་རྩེས་སུ་མཐུན་བ་དེ་ནི་དཀའ་འབྱུང་སྟེ།  
དེ་ནི་བདེ་བ་ཆེན་པོའོ། །དཀའ་འབྱུང་ཅན་དུ་གྱུར་པ་དེ་ངེ་ལྟ་བུ་ཡིན་པར་བསྟན་པའི་  
བྱིར། རྩལ་ཁྲིམས་ལྟན་པ་ཞེས་བྱ་བ་སོགས་པ་སྟོས་སོ།།



ཚུལ་ཁྲིམས་ལྟན་པ་མཐོང་བ་བདེ།།

མང་དུ་ཐོས་པ་མཐོང་བ་བདེ།།

ཡང་མིད་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་ཡི།།

དག་བཅོམ་པ་དག་མཐོང་བ་བདེ།༥༥།

མཐོང་ན་གང་ཞིག་བདེར་ཤེས་བྱ། །གང་ཞིག་མཐོང་བས་བདེ་བ་འཛོལ། །གང་  
མཐོང་བདེ་བ་བྱད་པར་ཅན། །འབྱུང་བ་བདག་ལ་བཀའ་སྐུལ་གསོལ། །ཞེས་ཞུས་  
པ་ལས་འདི་གསུངས་སོ། །ཚུལ་ཁྲིམས་ལྟན་སྐྱེ་ཆོགས་པ་དང་ལྟན་ན་ནི་མང་  
དུ་ཐོས་པ་ཡིན་ནི་ཞེས་བསྟན་ཏེ། མང་དུ་ཐོས་པ་ཞེས་སྒྲོས་སོ། །མང་དུ་ཐོས་པ་  
དང་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་འབྲས་བུ་བསྟན་པའི་ཕྱིར། དག་བཅོམ་པ་དག་ཅེས་བྱ་བ་སྒྲོས་  
ཏེ། སྤྱག་བསྐུལ་གྱི་རྒྱ་དག་བཅོམ་པ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ཏོ། །འང་སྔར་རིལ་བ་དང་།  
བར་རྩ་མ་ནལ་སོགས་པ་སྐར་མའི་གཙུག་ལག་བྱེད་པ་དག་གྱུང་འདིག་ཅིན་ན་དག་  
བཅོམ་པར་བརྗོད་དོ་ཞེས་བཤད་པ་སྟེ། དེ་ལས་བྱད་པར་དུ་དབྱེ་བའི་དག་བཅོམ་  
པའི་ཚུལ་བསྟན་པ། ཡང་མིད་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་ཡི། །ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །ཚུལ་  
ཁྲིམས་དང་ལྟན་པ་ལ་སོགས་པའི་ཚུལ་ནི་ནང་དང་ཕྱི་རྒྱུ་མ་སྦྲངས་པ་ཡིན་  
ཏེ། ཕྱི་རྒྱུ་མ་སྦྲངས་པའི་ཐབས་ནི་ཆ་སྤྱང་རོ། །ནང་གི་ཕྱི་མ་སྦྲངས་པའི་  
ཐབས་ནི་སྤྱི་བྱ་དམ་པ་ལ་བརྟེན་པ་ལ་སོགས་པ་སྟེ། དེ་ཉིད་བསྟན་པ། འཇུག་  
རོགས་བདེ་བའི་ཆ་སྤྱང་བདེ། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་འོ། །

འཇུག་རོགས་བདེ་བའི་ཆ་སྤྱང་བདེ།།

ཚེས་ཀྱིས་རྒྱལ་བའི་སྤྱོད་བདེ།།

ཤེས་རབ་ཐོབ་པར་གྱུར་བ་བདེ།།

རའོ་ང་རྒྱལ་ཟད་བ་བདེ།༥༦།

ཅུ་གྲང་གང་ཞིག་བདེར་ཤེས་བྱ། སྦྱོ་ལོ་གང་ཞིག་བདེ་བར་འདོད། །གང་ཞིག་  
དམིགས་ན་བདེ་བར་འགྱུར། །གང་ཞིག་ཟད་ན་བདེ་བར་འདོད། །ཅེས་ཞུས་པ་ལས་  
འདི་གསུངས་སོ། །འཇུག་ངོགས་བདེ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདི་ནས་ཀླུ་ཅིང་འཇུག་པ་  
གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་འཇུག་ངོགས་ཏེ། ཅུ་ཤིང་ངོགས་ཏེ་བར་འགྲོ་བའི་ཐབས་དང་རབ་  
ཏུ་བསྐྱུགས་པ་ལ་སོགས་པ་མི་མཉམ་པ་མེད་ཅིང་འཇུག་ངོགས་བདེ་བའི་ཅུ་གྲང་  
གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་བདེ་བའི་རྒྱ་སྟེ། དེར་ནི་འཇིག་རྟེན་བ་དག་བསྐྱུ་བ་དང་བརྟུང་བ་  
དང་འཇུག་པ་དང་། གོས་འཁྱུ་བ་ལ་སོགས་པ་ཅི་བདེར་སྦྱོད་དོ། །ཆོས་གྱིས་རྒྱལ་  
བའི་ཞེས་བྱ་བ་ལ། འདིར་ཆོས་ནི་འཇིག་རྟེན་དང་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ལས་  
དེ་ལས་རྒྱལ་བ་སྟེ། ཡོངས་སུ་རྒྱལ་བ་ནི་གང་གིས་ཆངས་པར་སྦྱོད་པ་ལ་གནས་  
བའི་སེམས་ཅན་ཅེན་པོ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་རྟོ།།

དེ་ཡང་དབག་བསམ་གྱི་ཤིང་དང་འབྲ་བར་སེམས་ཅན་ལ་ཕན་འདོགས་  
བའམ། ཡང་ན་ཆོས་གྱིས་ཕན་འདོགས་པའོ། །རྒྱལ་བ་ནི་ཟིལ་གྱིས་གཞོན་པ་སྟེ།  
ཆོས་མ་ཡིན་པ་གཅིག་ཏུ་མི་བྱེད་པའི་སྦྱེས་བྱ་དམ་པ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་རྟོ། །ཤེས་  
རབ་ཐོབ་པར་གྱུར་བ་བདེ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་བྱུང་བར་ཅན་གྱི་རྟོགས་པ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་  
ཤེས་པ་དེས་ཐོབ་པ་སྟེ། དེ་རྟོགས་པའི་ཕྱིར་བདག་གི་ལྷག་མ་བྱུང་བར་ཅན་དེས་  
རྟོགས་པའོ། །དེའི་རྟོགས་པའི་ཐབས་སྒྲས་ལ། རའོ་ང་རྒྱལ་ཟད་བ་བདེ། །ཞེས་  
བྱ་བ་སྒྲོས་ཏེ། བདག་གིར་འཇིན་པ་སྤངས་པས་ན་བྲེགས་པ་དང་ང་རྒྱལ་བ་ཅོང་པ་  
ཉིད་ཡིན་ཏེ། ཁློ་ནས་བར་དག་པར་གྱུར་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་ཕྱི་རོལ་ཡོངས་སུ་

དག་པ་ནི་མཐོང་བ་ལ་སོགས་པས་པན་འདོགས་པ་ཡིན་གྱི། གཞན་ནི་མ་ཡིན་ནོ་  
ཞེས་བསྟན་པའི་བྱིད།

འཕགས་པ་རྣམས་ནི་མཐོང་བ་བདེ།

དམ་བ་དག་དང་འཁྲོགས་པ་བདེ།

བྱིས་པ་རྣམས་ནི་མ་མཐོང་ན།

རྟག་ཏུ་བདེ་བ་ཉིད་ཏུ་འགྱུར།

འཕགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཅིས་ན་བདེ། །གང་དེ་འཁྲོགས་ན་བདེར་ཤེས་བྱ། །གང་  
དག་མ་མཐོང་བདེ་བར་ནི། །ཤེས་བྱ་དེ་ནི་བདག་ལ་གསུངས། །ཞེས་བརྒྱ་བྱིན་  
གྱིས་ཞུས་པ་ལས་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་གཉིས་གསུངས་སོ། །འཕགས་པ་ནི་ཁྱི་མ་  
གཉིས་ཀ་དང་བྲལ་བའོ། །ཅིའི་བྱིར་ཞེ་ན། དམ་བ་བདག་དང་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་འདི་ལྟར་  
དམ་བ་དེ་ནི་བྱིན་ཅི་ལོག་ལས་སྒོ་ཉམས་པ་མེད་པ་སྟེ། དངོས་པོ་ཡོད་པ་དག་ལ་བྱ་  
ཆེར་བྱེད་པ་ཞེས་བསམ་སོ། །འཁྲོགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ལྷན་ཅིག་གནས་པའོ། །དེ་ལྟ་  
ན་གང་ཞིག་མཐོང་ན་བདེ་བ་མ་ཡིན་ཞེ་ན། བྱིས་པ་རྣམས་ནི་མ་མཐོང་ན། །ཞེས་  
བྱ་བ་ལ་ལུས་ལ་སོགས་པའི་ཉེས་པར་སྒྱུད་པ་མཆོག་ཏུ་བྱེད་པའི་སྟོན་བའམ་བྱིས་  
པའི་ཚུལ་ཅན་ཉིད་དོ། །རྟག་ཏུ་བདེ་བ་ཉིད་ཏུ་འགྱུར། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་འཕགས་པ་ལ་  
སོགས་པ་མཐོང་བའི་སྟོབས་དང་། བྱིས་པ་དག་མ་མཐོང་བའི་སྟོབས་ཀྱིས་ནི་སྟེད་  
པ་ཟད་ཅིང་བདེ་བ་འཛོལ་བའི་བྱིར་དོ། །ཡང་ན་རྟག་ཏུ་ནི་རྒྱན་ཏུ་སྟེ། ཡང་དང་ཡང་  
ཏུ་འབྲེལ་བ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་རྟོ། །བྱིས་པ་རྣམས་ནི་མ་མཐོང་ན། །ཞེས་བྱ་བ་དང་།  
རྟག་ཏུ་བདེ་བ་ཉིད་ཏུ་འགྱུར། །ཞེས་བྱ་བ་ག་ལས་ཤེ་ན། བྱིས་པ་དག་དང་འཁྲོགས་  
བྱེད་པ། །ཞེས་བྱ་བ་སྟོས་ཏེ།

ནམ་པ་ཀུན་ཏུ་དག་པར་འདི།

བྱིས་དང་འཕྲོགས་པ་སྤྱག་བསྐྱེད་ཞིང་།

བྱིས་པ་དག་དང་འཕྲོགས་བྱེད་བ།

ཡུན་རིང་རྗེས་སུ་འབྱོད་པར་འགྱུར། ༡༡།

བྱིས་པ་དང་ལྷན་ཅིག་འཕྲོགས་ཤིང་སྤྱོད་པའི་ཚུལ་འདི་ལ་ཡོད་པ་སྟེ། སྤྱི་བོ་སྟེན་པ་དང་ལྷན་ཅིག་བསྟེན་ཅིང་གནས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་རྟོ། །ཡུན་རིང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དུས་ཤིན་ཏུ་རིང་བ་ཉིད་དོ། །རྗེས་སུ་འབྱོད་པར་འགྱུར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ནང་དང་སྤྱི་རོལ་གྱི་གདུང་བ་སེལ་བར་བྱེད་དོ། །ག་ལས་ཤེ་ན། བྱིས་པ་དག་དང་འཕྲོགས་བྱེད་པ། ཞེས་བྱ་བ་སྤྱག་བསྐྱེད་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། གང་མེད་ནང་དུ་འཇུག་པ་དེ་རི་ལྟར་སྟེག་པར་མི་བྱེད་པ་བཞིན་དུ་ཚུལ་ངན་པའི་སྤྱི་བོ་དང་འཕྲོགས་པར་གྱུར་ན་ཡང་རི་ལྟར་འབྱོད་པར་མི་འགྱུར། འདིར་ཆོས་མཐུན་པའི་དཔེས་སྤྱིས་པ། དག་པར་བཞེས་བྱ་བ་སྤྱོས་ཏེ། མི་མཛའ་བ་བཞིན་ནོ། །ནམ་པ་ཀུན་ཏུ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ནང་དང་སྤྱི་རོལ་དང་བཅས་པའི་ནམ་པ་སྟེ། དག་དཔག་ཏུ་མེད་པ་སྤྱི་ནང་མཆན་དུ་དུས་རྟག་ཏུ་ཡོངས་སུ་བསྐྱོར་བ་དེ་ནི་རྒྱུན་དུ་འཇིགས་པ་ཉམས་སུ་སྤྱོད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་འཕགས་པ་རྣམས་དང་འཕྲོགས་པ་རི་ལྟར་བདེ་བ་ཡིན་ཞེ་ན།

སྤྱིས་བྱ་ཅང་ཤེས་དགོན་པ་སྟེ།

དེ་དག་ཀུན་ཏུ་འབྱུང་མ་ཡིན།

བརྟན་པ་རྣམས་དང་འཕྲོགས་པ་དག །

གཉེན་དང་ཐུང་པ་ལྟ་བུར་བདེ།

གང་དུ་བརྟན་པ་དེ་སྤྱིས་པ།

དེ་ཡི་རིགས་ཀྱིས་བདེ་བ་འཛོལ། ༡༢།

བརྟན་པ་རྣམས་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། བརྟན་པ་དང་ལྟན་པའི་ཕྱིར་འཕགས་པ་ཞེས་བྱ་  
བའི་དོན་ཏེ། དང་གི་སྐྱེ་བྱའི་དོན་ཏོ། །འཕྲོགས་པས་པདེ་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་  
ཚིམ་པར་བྱེད་པ་དང་འབྲེལ་པའི་དོན་ཏེ། དཔེར་ན་གཉེན་སྦྱག་པ་པ་དང་མ་དང་བྱ་  
ལ་སོགས་པ་སྦྱེ་བོ་དག་དང་འཕྲོགས་པ་དང་ལྟན་ཅིག་བསྟེན་པ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་  
ཏེ། དགའ་བར་བྱེད་པ་ལྟར་དམ་པ་དང་ཡང་དེ་བཞིན་ནོ། །གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་ན་ཅིའི་  
ཕྱིར་དུས་རྟག་ཏུ་འཇིག་རྟེན་པ་དག་འཕགས་པ་དང་འཕྲོགས་པར་མི་བྱེད་ཅེ་ན།  
སྦྱེས་བྱ་ཅང་ཤེས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་བསྟན་ཏེ། འཕགས་པ་ལ་ལྷ་རིའི་བྱས་  
ཐོང་ཁྱེར་ན་ལ་ད་ནས་ཉེ་དུའི་ཚོགས་མང་པོ་འཕགས་པའི་ལམ་ལ་བཀོད་དོ་ཞེས་  
བྱ་བའི་སྐབས་དེ་གསལ་ན་ནས་འདི་གསུངས་སོ། །དགའ་བས་འཕྲོགས་པ་ཡིན་པས་  
དཀོན་པ་སྟེ་རྟེན་པར་དགའ་བའོ། །

སྦྱེས་བྱ་ཅང་ཤེས་ནི་སྦྱེས་བྱ་དམ་པའོ། །ཅིའི་ཕྱིར་དཀོན་པ་ཡིན་ཞེ་ན། དེ་  
དག་ཀྱང་དུ་འབྱུང་མ་ཡིན། ཞེས་བྱ་བ་སྦྱོས་ཏེ། གང་གི་ཕྱིར་དེ་ནི་རྟ་དང་སྦྱང་པོ་  
ཅང་ཤེས་ལ་སོགས་པ་དང་ཡིད་བཞིན་གྱི་ཚོར་བྱ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་དུ་ཀྱང་དུ་  
སྦྱེ་བ་མ་ཡིན་ནོ། །གང་དུ་བརྟན་པ་དེ་སྦྱེས་པ། ཞེས་བྱ་བ་ནི་རིགས་གང་དུ་ཡང་  
བརྟན་པ་དེ་སྦྱེས་པ་སྟེ། རྒྱ་ལ་སོགས་པའི་ཡོན་ཏན་རིན་པོ་ཆེ་དང་ལྟན་པར་བསྟན་  
ཏོ། །དེ་ཡི་རིགས་ཀྱིས་པདེ་བ་འཕྲོགས། ཅེས་བྱ་བ་ནི་དེ་ལྟར་ཐམས་ཅད་དུ་སྦྲ་མ་  
དང་ཕྱི་མ་དག་ཏུ་ཡང་མཁས་པས་ནི་རིགས་འཕེལ་བ་ཉིད་དེ། ཉིན་རེ་ཞིང་རྒྱས་  
པར་འབྱུང་བ་དང་བདེ་བ་སྦྱོན་མེད་པ་འཕྲོགས་པའོ། །བརྟན་པས་ནི་བདག་རིགས་  
བརྟན་པར་བྱེད་པ་གཅིག་ཤུར་མ་ཟད་དེ། བདག་ཉིད་ཀྱང་བདེ་བ་ལ་གནས་པ་ཡིན་  
ན་ཞེས་བསྟན་ཏེ། བྱམ་ཐེ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྦྱོས་སོ། །

བྱམ་ཟེ་མུ་ངན་འདས་བ་དག།

རྣམ་བ་ཀུན་ཏུ་བདེ་བར་འཇུག།

གང་ཞིག་འདོད་པས་མ་གོས་ཤིང་།།

ཐག་མེད་རབ་ཏུ་རྣམ་གྲོལ་བ། ༢༠།

བྱིས་བདག་མགོན་མེད་ཟས་སྤྱན་གྱིས་བཙམ་ལྡན་འདས་ལ་གང་གིས་བདེ་བར་གནས་པར་འགྱུར་ཞེས་ཞུས་པ་ལས་ཆོག་པས་སུ་བཅད་པ་གཉིས་གསུངས་སོ། །རྣམ་བ་ཀུན་དུ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྣམ་བ་ཐམས་ཅད་དུ་འོ། །བདེ་བར་འདུག་ཅེས་བྱ་བ་ནི་འཆེ་བ་མེད་པར་གཉིད་མོག་པའས་འདུག་པའོ། །བདེ་བ་ཉིད་འཛོལ་གྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་དང་མི་བདེ་བ་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བསྟན་ཏེ། བྱམ་ཟེ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྤིག་པ་ལས་བྱེ་རོལ་དུ་སྤངས་པའི་བྱིར་ཏེ། སྤིག་པ་ལས་བྱེ་རོལ་དུ་གྱུར་བ་ནི་བྱམ་ཟེའོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཆོག་གིས་སོ། །བྱེ་རོལ་དུ་ཡིད་འབྱུང་བ་སྤངས་པས་ན་ཡོངས་སུ་བརྟུང་བ་ཐམས་ཅད་སྤངས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་རྟོ། །ཡོངས་སུ་བརྟུང་བ་ཙ་བ་ནས་སྤངས་པས་ཡོངས་སུ་བརྟུང་བ་སྤངས་པ་ཡིན་གྱི་གཞན་དུ་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བསྟན་པའི་བྱིར། མུ་ངན་འདས་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟོས་ཏེ། འདོད་པའི་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པའི་མེ་ཉེ་བར་ཞིབ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་རྟོ། །རྟགས་གང་གིས་འདི་ལྟར་ངེས་པར་བྱ་ཞེ་ན། གང་ཞིག་འདོད་པས་མ་གོས་ཤིང་། ཞེས་བྱ་བ་སྟོས་ཏེ། གང་གི་བྱིར་ཉོན་མོངས་བ་དང་ཡུལ་གྱི་འདོད་པས་ཟེལ་གྱིས་མ་མནན་པའོ། །གང་འདོད་པ་ལས་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་དེ་ཡང་བདེ་བར་གནས་པ་ཡིན་ན། གཞུགས་ལ་སོགས་པ་ལས་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་ལྟ་སྟོས་ཀྱང་ཅི་དགོས་ཞེས་བསྟན་པའི་བྱིར། རབ་ཏུ་རྣམ་གྲོལ་ཐག་པ་མེད། །ཅེས་བྱ་བ་སྟོས་ཏེ། གོ་རིམས་བཞིན་དུ་གཞུགས་དང་གཞུགས་མེད་

བ་ལ་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བའམ་ཉོན་མོངས་བ་སྤངས་པའོ། ཡང་ན་མཐོང་བ་  
དང་བསྐྱོམ་བའི་ལམ་མངོན་དུ་བྱེད་པའམ། ཡང་ན་ཉོན་མོངས་བ་དང་བག་ཆགས་  
སྤངས་པའི་བྱིར་རོ། ཉོན་མོངས་བ་གཞན་སྤངས་པས་ནི་དེ་ལྟར་བདེ་བར་གནས་  
བ་མ་ཡིན་ཏེ། འདོད་པའི་འདོད་ཆགས་དང་ཞེ་སྤང་ངོ་ཞེས་བསྟན་པའི་བྱིར། སྲིད་  
བ་ཐམས་ཅད་སྤངས་བ་དང་། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་བ་དག་སྟེ།

སྲིད་བ་ཐམས་ཅད་གཏུབས་བ་དག །

སྤྱང་ལས་རིམས་ནད་རྣམ་པར་བསལ།།

སེམས་ཀྱིས་ཞི་བ་ཐོབ་བ་རྣམས།།

ཉེ་བར་ཞི་ཞིང་བདེ་བར་འདུག་ཟ།

སྲིད་བ་ཐམས་ཅད་དེ་རྣམ་པར་གཡོ་བར་འདོད་པས་ཡོངས་སུ་གཏུང་བའི་ཡིད་  
དང་ལྷན་བ་ནི་བདེ་བར་མི་གནས་སོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཐག་དོག་དང་ཁོན་དུ་འཛིན་བ་  
དང་ཁོ་བས་ཡོངས་སུ་གཏུངས་བ་ཡང་དེ་བཞིན་ནོ། །གཏུབས་བ་ནི་སྤངས་པའོ། །  
སྤྱང་ལས་རིམས་ནད་རྣམ་པར་བསལ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཏུང་བར་བྱེད་པའི་ཁོ་བ་ལ་  
སོགས་བ་མེ་དང་འབྲ་བ་རྣམ་པར་སྤངས་བ་སྟེ། དེ་ཡང་བཤད་བ། སྲིད་བ་ཤིན་ཏུ་  
སྤྱག་བསྡུལ་ཏེ། སྲིད་བ་མེད་བ་བདེ་བའི་མཆོག །ཆགས་བ་རྣམ་སྤངས་ཆོས་ཤེས་  
ན། །དཔལ་ནི་ཡང་དག་ལེན་པར་འགྱུར། །ཞེས་པའོ། །རི་ལྟར་ཁོ་བས་རྒྱུད་ཡོངས་  
སུ་གཏུང་ཞིང་ཉེན་བ་ལྟར་སོ་གའི་ཉི་མའི་འོད་ཟེར་རབ་ཏུ་བྲགས་པས་ནི་དེ་ལྟར་ས་  
ལ་གཏུང་བར་མི་བྱེད་དེ་དེ་ཞི་བའི་བྱིར་རོ། །གཉིས་པ་ཞི་བར་གྱུར་བ་ནི་དཔེར་ན་  
རྒྱུད་བྲག་པོས་ཡིད་བཞིན་གྱི་མཆོ་ལ་རྩ་སྟོན་ན་ཀྲ་ལ་སོགས་བ་བན་ཚུན་རྒྱ་བར་  
མི་བྱེད་ཅིང་ཉེ་བར་ཞི་བ་བཞིན་ནོ། །དེ་ཉིད་ནི་བདེ་བར་འདུག་སྟེ། གང་གིས་ཤེ་ན།

སེམས་གྱིས་ཞི་བ་འཛོལ་ཅེས་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། འདིས་ནི་ཡེ་ཤེས་ཕུན་སུམ་ཆོག་གས་  
བ་བསྟན་ཏོ། །ཡང་བཤད་པ། ཤེས་བ་མེད་པར་སེམས་ཞི་བར། །གང་ནའང་ཡོད་  
པར་མི་རིགས་ཏེ། །མ་རིག་ཡོངས་སུ་མེད་པར་ཡང་། །གཡོ་བ་དག་ནི་རེས་མེད་  
ཡིན། །ཞེས་སོ། །མགོན་མེད་ཟས་སྦྱིན་ཡེ་ཤེས་དང་སྤངས་པ་ཕུན་སུམ་ཆོག་གས་  
བ་ལས་ཐེ་ཆོས་དུ་གྱུར་བ་ལས་དེ་བསལ་བའི་ཕྱིར་འདི་གསུངས་སོ། །ཡེ་ཤེས་  
དང་སྤངས་པ་ཕུན་སུམ་ཆོག་གས་བ་ལས་བྱུང་བ་ཉིད་ནི་ཤིན་ཏུ་ཁྲད་པར་ཅན་འཛོལ་  
བ་ཡིན་ཏེ། དེ་དམན་པའི་བདེ་བ་ལ་ཆགས་བ་མེད་པར་གྱུར་ནས་ཞེས་བསྟན་པའི་  
ཕྱིར། གང་ཞིག་བདེ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་བ་སྟོས་སོ། །

གང་ཞིག་བདེ་བ་ཡངས་འདོད་ཅིང་།

བདེ་བ་རྒྱུད་ཅུག་ཏོང་འདོད་པའི།

བརྟན་པས་བདེ་རྒྱུད་སྤང་བྱས་ན།

བདེ་བ་ཡངས་བ་ལེགས་བ་མཛོང་། ༣༩།

ཡུལ་བ་རེལ་ན་གནས་བརྟན་སེང་གེ་ཞེས་བྱ་བ་དུས་ལས་འདས་ཏེ། དེའི་སྟོབ་མས་  
དགེ་སྟོང་དག་ལ་རྒྱུར་སྦྱོན་བདག་གི་མཁན་པོ་ལེན་པ་མེད་པར་སྤང་ན་ལས་འདས་  
ཏེ། མཆོད་པ་གྱིས་ཤིག་ཅེས་སྟོས་བ་དང་དེ་དག་གིས་སྟོས་པ། དེ་ནི་ཕུང་པོ་ལྷག་  
མ་དང་བཅས་པར་དུས་ལས་འདས་སོ་ཞེས་བྱས་བ་དང་། དེས་བཅོམ་ལྷན་འདས་  
གྱི་ཐད་དུ་སོང་སྟེ་དོན་འདི་གསལ་བ་ལས། དེ་ལས་ཁྱོད་གྱི་མཁན་པོ་ནི་བསམ་  
གཏན་གསུམ་པའི་ས་པའི་བདེ་བ་རྒྱ་ཆེར་སྤྱོད་ཞིང་དེར་སྟེས་སོ་ཞེས་བ་ནས་འདི་  
གསུངས་སོ། །བདེ་བ་རྒྱུད་ཅུ་ནི་རྒྱུད་པའི་བདེ་བ་སྟེ། བདེ་བ་རྒྱུད་ཟད་ཅམ་བ་  
འཁོར་པའི་བདེ་བ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ཏོ། །དེ་ཡོངས་སུ་གཏོང་བ་ནི་གང་གིས་ཡོངས་



སྤྱུ་སྤྱངས་པ་དེའས་ཡོངས་སྤྱུ་གཏང་བའི་ཚུལ་འདི་ལ་ཡོད་པ་ཞེས་ཆོག་གི་ལྷག་  
མཛོ། །གང་ཞེ་ན། གང་ཞིག་བདེ་བ་སྤྱངས་འདོད་ཅིང་། །ཞེས་བྱ་བ་སྒྲོས་ཏེ། གང་  
ལ་ལ་བདེ་བ་ལས་ཀྱང་བདེ་བ་སྟེ། ངན་སོང་མེད་པ་སྤྱངན་ལས་འདས་པའི་བདེ་  
བ་གང་ཞིག་འདོད་པ་དེ་ནི་བདེ་བ་སྤྱངས་འདོད་པ་སྟེ། བདེ་བ་ཉུང་བྱ་བཏང་བར་  
གྱུར་པས་སོ། འདི་ལྟ་བུ་བྱས་ཤིང་བསྟན་པས་ཅི་ཞིག་བྱ་ཞེ་ན། སྤྱང་བྱས་ན་ཞེས་  
བྱ་བ་ནི་རབ་ཏུ་དོར་ཞིང་སྤྱིད་པར་མི་བྱེད་པའོ། །བདེ་བ་ཆུང་བྱ་ནི་བདེ་བ་ཆུང་བར་  
ཅས་སྟེ་དམན་པའོ། །བརྟན་པས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཤེས་རབ་ཅན་ཅོ། །དེའི་མཚན་ཉིད་  
བསྟན་པ། ལེགས་པར་མཐོང་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། བདག་ཉིད་ཡོངས་སྤྱུ་རྟོག་ཅིང་མཐོང་  
བར་བྱེད་པའོ། །བདེ་བ་སྤྱངས་པ་ནི་དེས་པར་ལེགས་པ་སྟེ། ཟང་ཟིང་མེད་པའི་  
བདེ་བའོ། །སྤྱངས་པའི་བདེ་བ་ཉིད་བསྟན་པ། འཇིག་རྟེན་འདོད་བདེ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་  
སོགས་པ་སྒྲོས་སོ། །

འཇིག་རྟེན་འདོད་བདེ་གང་ཡིན་དང་།

ལྷ་ཡུལ་བདེ་བ་གང་ཡིན་པས།

སྤྱིད་པ་ཟང་པའི་བདེ་བ་དེའི།

བཅུ་དྲུག་ཆར་ཡང་མི་ཐོད་དོ། ༣༣

དོ་རྗེའི་གདན་ཉིད་དུ་མཚན་སོ་མངོན་པར་རྟོགས་པར་སངས་རྒྱས་ཏེ། ཉིང་དེ་  
འཛིན་དེ་ལས་བཞེངས་ནས་རྒྱུ་ལས་འབྲེལ་བའི་བདེ་བ་སོ་སོར་ཉམས་སྤྱུ་སྤྱང་སྟེ་  
ཆོགས་སྤྱུ་བཅད་པ་གསུམ་པོ་འདི་གསུངས་སོ། །གཞན་དག་ནི་བཙུག་ལྷན་འདས་  
ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཆོགས་དང་བཅས་པ་མཉན་ཡོད་དུ་བསོད་སྒྲོམས་ཀྱི་ཕྱིར་གཤེགས་  
ཏེ། དེའི་ཆེ་ཆུལ་པོ་གསལ་ཆུལ་སྟེས་པ་མེད་པར་སེལ་སྟུན་གྱིས་ཅེ་ཞིང་འདུག་པ་

དང་། དེ་ལ་དགེ་སྤྲོད་དག་འདོད་པ་སྐྱེས་པར་གྱུར་ནས་སྐབས་དེ་ལ་དགེ་སྤྲོད་དག་  
 དེ་ལ་འདོད་པ་སྐྱེས་པར་མ་བྱེད་ཅིག །དེ་ཅིའི་བྱིར་ཞེ་ན། འདོད་པ་ནམས་ནི་མི་  
 ཉག་པ་དང་མི་བརྟན་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་པ་ནས་འདིའི་བར་དུ་གསུངས་སོ་ཞེས་ཟེར་  
 རོ། །འཇིག་རྟེན་འདོད་བདེ་གང་ཡིན་དང་། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་གང་ཅུང་ཟད་འདོད་པའི་  
 ཁམས་ཀྱི་འདོད་པ་ལས་སྐྱེས་པའི་བདེ་བའོ། །གང་ཡིན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བསམ་  
 གཏན་དང་གཞུགས་མེད་པ་ན་སྤྱོད་པའི་སྦྱོམས་པར་འཇུག་པའོ། །ལྟ་ལུལ་ན་སྐྱེས་  
 པའི་བདེ་བ་ནི་ལྟ་ལུལ་བདེ་བའོ། །

སྤེད་པ་ཟད་པའི་བདེ་བ་དེའི། །བརྩ་བྱག་ཆར་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བརྩ་བྱག་གི་  
 ཆགས་དེར་སྤང་སྟེ། སྤང་བསྟན་པའི་འཇིག་རྟེན་པའི་བདེ་བ་ཐམས་ཅད་ནི་བརྩ་  
 བྱག་གི་ཆར་ཡང་མི་སྤོད་པར་འགྱུར་ཞིང་འདི་ལྟ་བུ་ནི་འཛོལ་བར་མི་འགྱུར་ཏེ། མི་  
 ཉག་པའི་བྱིར་རོ། །གང་མི་ཉག་པ་དེ་ནི་སྤྱག་བསྐྱེད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་མདོ་ལས་  
 གསུངས་སོ། །བདེ་བ་དང་སྤྱག་བསྐྱེད་གཉིས་འབྲེལ་པ་མ་ཡིན་ཏེ། སྤང་བ་དང་སྤྱན་  
 བ་བཞེན་དུ་གནས་པ་ཡིན་ནོ། །ཅིའི་བྱིར་ཞེ་ན། འདི་ལྟར་སྤེད་པ་སྤངས་པར་གྱུར་  
 བ་ནི་སྤྱག་བསྐྱེད་འཇེན་པར་བྱེད་པའི་ཁྱར་ཅ་བ་ནས་སྤངས་པས་མེད་པར་འགྱུར་  
 རོ་ཞེས་བསྟན་པའི་བྱིར། ཁྱར་གྱིས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྦྱོས་སོ། །

ཁྱར་གྱིས་སྤྱག་བསྐྱེད་སྤངས་པས་ན།

ཁྱར་ཐོར་ན་ནི་བདེ་བར་འགྱུར།

སྤྱི་པའི་ཁྱར་དག་དེས་ཐོར་ན།

བྱིན་ས་གཞན་དག་ལེན་མི་འགྱུར། ༣༧

དགེ་སྤྲོད་དག་ཁྱེད་ལ་ཁྱར་བཤད་པར་བྱའོ་ཞེས་རྒྱ་ཆེར་གསུངས་ཏེ། ཆོགས་སུ་  
 བཅད་པ་གཉིས་གསུངས་སོ། །དེས་ཐོར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེས་པར་བསལ་བ་སྟེ། བྱི་

བའི་ཁྱེད་ཀྱི་ལུང་ལྟར་ལྟོ་ལྟོ་བའོ། །ཕྱི་བའི་ཁྱེད་དག་ཅེས་བྱ་བ་ནི་  
 རྟག་ཏུ་འབྲེལ་བའི་ཕྱིར་དང་། གཞོན་པ་ཆེན་པོ་ཡང་དག་པར་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་བྱུང་  
 བའི་ཁྱེད་ལྟར་ལྟོ་ལྟོ་བའོ། །ལེན་པར་མི་འགྱུར་  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཉེ་བར་མི་ལེན་པས་སོ། །ཕྱི་ནས་གཞན་དག་ཅེས་བྱ་བ་ནི་སྤྱི་བ་  
 གཞན་དག་ཏུ་ཡང་བྱུང་བའི་ཁྱེད་རོ། །ག་ལས་ཤིན་ཏུ་ཁྱེད་ཀྱིས་སྤྱག་བསྐྱེད་ལྟར་  
 བས་ན། ཞེས་བྱ་བ་སྤྱི། བྱུང་བོ་ཡོངས་སུ་བསྐྱུང་བ་སྤྱི་གཞོན་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་  
 གཞོན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རམ། དེར་གྱུར་ན་སྤྱག་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཁྱེད་ལོར་  
 བ་ནི་བདེ་བར་འགྱུར། ཞེས་བྱ་བའི་བྱུང་བོ་ཡོངས་སུ་སྐྱེད་པའི་ཕྱིར་ཉེ།  
 བྱུང་བོ་མེད་པ་བདེ་བའི་མཆོག་ ཅེས་བྱ་བའི་ཆོག་གིས་སོ། །རི་ལྗང་ཕྱི་ནས་སྤྱི་  
 བ་ཡོངས་སུ་མི་འཛིན་པར་འགྱུར་ཞེ་ན། སྤྱི་བ་ཐམས་ཅད་རབ་ཏུ་སྤྱོད་སྤྱོད། ཞེས་  
 བྱ་བ་སྤྱོད་ཉེ།

ཀྱན་སྦྱོར་ཐམས་ཅད་ཐད་བྱའི་ཕྱིར།

སྤྱི་བ་ཐམས་ཅད་རབ་ཏུ་སྤྱོད་སྤྱོད།

བྱུང་བོ་ཐམས་ཅད་ཡོངས་ཤེས་ན།

སྤྱི་བ་ཕྱི་མར་འཕྲོ་བ་མེད། ༣༥

ཁམས་གསུམ་གྱི་རྗེས་སུ་ཆགས་པའི་ཀྱན་དུ་སྦྱོར་བ་ཅ་ནས་བཅད་པའོ། །ཅིའི་  
 ཕྱིར་སྤྱི་བ་རབ་ཏུ་སྐྱེད་ཞེ་ན། སྤྱི་བ་ཕྱི་མར་འཕྲོ་བ་མེད། ཅེས་བྱ་བ་སྤྱོད་ཉེ།  
 ཀྱན་དུ་སྦྱོར་བ་ཐམས་ཅད་ཐད་བྱའི་ཕྱིར་རོ། སྤྱི་བ་ཐམས་ཅད་མ་སྐྱེད་སྐྱེད་  
 བ་ནི་དེ་ལས་གཞན་པའི་སྤྱི་བའི་རྩ་བ་འོག་མའི་ཆ་དང་མཐུན་པ་དང་། གོང་མའི་  
 ཆ་དང་མཐུན་པའི་ཀྱན་དུ་སྦྱོར་བ་ཡོད་པས་འཁོར་བར་སྤྱི་བར་འགྱུར་རོ། །ས་པོན་  
 མེད་པར་སྤྱི་བ་བཞིན་ཉེ། སྤྱི་བའི་རྩ་བས་ནི་ཀྱན་དུ་སྦྱོར་བ་ཡིན་ནོ། །དེའི་རྩ་

བས་ནི་སྲིད་པ་ཡོངས་སུ་བརྒྱུང་བ་སྟེ། ཟག་པ་དང་བཅས་པའི་དངོས་པོའི་རྩ་བ་  
ནས་སྲིད་པ་ལོ། །ཟག་པ་དང་བཅས་པའི་དངོས་པོ་སྤངས་པ་མ་ཡིན་པ་ཡང་སྤྲས་  
པ། སྤང་པོ་ཐམས་ཅད་ཡོངས་ཤེས་ན། །ཞེས་བྱ་བ་སྤྲོས་ཏེ། ཟག་པ་དང་བཅས་  
པའི་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ཡེ་ཤེས་གྱིས་ཡོངས་སུ་ཤེས་པར་བྱས་ནས་ཆོས་གཅིག་  
ཀྱང་མི་ཤེས་པ་མེད་པས་སྟག་བསྟེན་གྱིས་མཐར་བྱེད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འགྲོ་བ་  
མེད་ཅེས་བྱ་བ་ནི་ལེན་པ་མེད་ཅིང་ཡོངས་སུ་འཛིན་པར་མི་འགྱུར་བའོ། །སྲིད་པ་  
ཕྱི་མར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྟེ་བ་གཞན་དུ་སྟེ། སྲིད་པ་དང་བྲལ་བ་ལས་ནི་ས་པོན་ཆེག་  
བ་བཞིན་དུ་སྟེ་བ་མེད་པའི་ཆོས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྲིད་པ་ཕྱི་མ་མེད་པའི་བདེ་བ་  
བསྟན་པའི་དོན་རྣམས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྤྲོས་སོ། །

དོན་རྣམས་བསྟན་པ་ལ་ནི་གྲོགས་ལྡན་བདེ།

སྟག་དག་རབ་རྩ་གཏུགས་ལ་བསོད་ནམས་བདེ།

ངན་དོན་ཅམ་གྱིས་ལེགས་པར་ཆོག་ཤེས་བདེ།

སྟག་བསྟེན་ཐམས་ཅད་དེས་བར་རྩལ་བ་བདེ། ༣༦།

ཆོ་དང་ལྡན་པ་ཀུན་དགའ་པོའི་ལྷན་གྱི་གྲོགས་པོ་ཆོགས་ཅན་ཞེས་བྱ་བའི་ཁྱིམ་  
བདག་དེའི་ཁྱིམ་འཁོར་དང་བཅས་པ་མེས་ཆེག་གོ། །དེའི་བྱིས་པ་གཉིས་ཤིག་ལུས་  
པ་ལས་འཕགས་པ་ཀུན་དགའ་པོས་རབ་རྩ་སྤང་ནས་ཇི་ཅམ་ན་དག་བཙོམ་པར་  
གྱུར་པ་དེའི་ཉེ་དུ་དང་ཤིན་ཏུ་ཐག་རིང་བར་གྱུར་བ་དང་། ཁྱིམ་བདག་གཅིག་གི་བྱ་  
འཆི་བའི་དུས་སུ་བསོད་ནམས་བསགས་པའི་ཕྱིར་སེམས་ཤིན་ཏུ་དགའ་བར་གྱུར་  
པ་དང་། དགོན་པའི་དགེ་སྤྲོད་ཆོས་གོས་ངན་དོན་ཅམ་གྱིས་ཆོག་ཤེས་པར་གྱུར་པ་  
དང་། དག་བཙོམ་པ་ཤིག་ཡོངས་སུ་སྟ་ངན་ལས་འདས་པར་གྱུར་པ་དེ་དག་ལས་

བཅའ་སྟེ། ཆོག་སྲ་བཅད་པ་འདི་གསུངས་སོ། །དོན་རྣམས་བསྐྱེད་པ་ལ་ནི་  
ཞེས་བྱ་བ་གང་གི་ཆེ་སྤྱི་སྲུང་བའི་ལོ་དང་འཁྱོར་པ་བསྐྱེད་པ་དང་བདེ་བ་ཉམས་པ་  
དེ་ལ་སྟེ། ཉམ་མོངས་པ་མེད་པའི་སྟོགས་པོ་ལས་གཡོག་འཁོར་དང་ལོར་གཞན་  
ནས་ཉེད་པ་ཡིན་པར་རེ་བར་བྱའོ།

སྟོག་དག་རབ་རྩ་གཏུགས་ལ་བསོད་ནམས་བདེ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྟོག་ཟད་  
ཅིང་འཆི་བ་ཉེ་བར་གནས་པ་ལ་ནི་བསོད་ནམས་ཉིད་ཡིད་ཆེན་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་  
བདེ་བ་ཡིན་ཏེ། གཞན་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ངན་ངོན་ཅམ་གྱིས་ལེགས་པར་ཆོག་ཤེས་  
བདེ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་དམན་པ་དང་གྲོལ་བའི་ཆོས་གོས་ལ་སོགས་པས་ཆོག་  
ཤེས་པ་དེ་ནི་བདེ་བ་དཔག་རྩ་མེད་པ་བསལ་བས་ཡིད་ཆེན་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་  
རོ། །སྟུག་བསལ་ཐམས་ཅད་ངེས་པར་རྒྱབ་པ་བདེ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཁམས་གསུམ་  
གྱི་སྤྱིད་པའི་སྟོན་ཐམས་ཅད་སྤངས་པའོ། །ལུང་པོ་ཉིང་མཆོམས་སྦྱར་བ་མེད་ཅིང་  
སྤངས་པ་དེ་ནི་བདེ་བ་སྟེ། སྟུག་བསལ་ཐམས་ཅད་སྤངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་  
ཡོངས་སུ་སྲ་བའི་ལས་འདས་པའི་འགྲོ་བ་གང་གས་སུ་མེད་པར་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར་  
འདི་ན་མེ་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་སོ།

འདི་ན་མེ་ནི་འཁར་བ་ལ།

སྟུགས་གྱི་ཐོ་བས་བརྒྱབ་པ་ཡིས།

རིམ་གྱིས་ཉེ་བར་ཞི་འགྱུར་ཏེ།

རི་ལྟར་སོང་བ་མི་ཤེས་ལྟར། ༣༥

འདྲ་སྟོང་ཞིག་གིས་ཁྱས་བྱས་པ་ལས་ས་པོན་ཟགས་ཏེ། རི་དྲགས་ཤིག་གིས་  
འཕྱངས་པ་ལས་སེམས་ཅན་དང་ལྟན་པར་གྱུར་ན་རི་དྲགས་གྱི་མགོ་ཅན་ཞིག་

བཅས་སོ། །དེ་པས་བསྐྱེད་པ་ལས་རིམ་ན་པ་མི་བར་གྱུར་རོ། །དེ་ཆོད་པ་བརྟུང་  
 བའི་རིག་པ་བསྐྱབས་ཏེ། ཆོད་པ་བརྟུངས་ན་འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བར་  
 ལུང་བསྟན་ཏོ། །འཕགས་པ་ཀྱན་དག་འཛོམས་རྒྱུན་དུ་ཞུགས་པ་ལ་སོགས་པའི་ཆོད་  
 པ་བསྟན་ནས་བརྟུངས་པར་ལུང་བསྟན་ཏོ། །དག་བཅོམ་པ་ནི་མ་ཤེས་ཏེ། དེ་འདི་  
 ལྷམ་དུ་བདག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་ཉམས་སོ་ཞེས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་ཐད་དུ་  
 ལྷགས་ཏེ་ཞུས་པ་དང་། དེ་ནས་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་གཉིས་གསུངས་སོ། །ལྷགས་  
 བེ་ལྷགས་ཉིད་དོ། །བརྒྱབ་པ་ནི་བསྟན་པ་སྟེ་གང་ལྷགས་ཀྱི་ཆ་སྟུང་དེས་བརྟུངས་  
 པར་མེད་ཅེས་བྱ་བ་དང་སྦྱར་རོ། །འབར་བ་ལས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཀྱན་ནས་རབ་དུ་  
 རྒྱབ་པར་འབར་བ་སྟེ། མེ་ནི་མེ་ཉིད་དོ། །རིམ་གྱིས་རབ་དུ་ཞི་འགྱུར་ཏེ། ཞེས་བྱ་  
 བ་ནི་རིམ་པས་མེའི་འོད་རབ་དུ་འཛིག་བཤོ། །རི་ལྷར་སོང་བ་མི་ཤེས་ལྟར། ཞེས་  
 བྱ་བ་ནི་ཤར་ཕྱོགས་ལ་སོགས་པའི་ཕྱོགས་སུ་འགྲོ་བ་མི་དམིགས་པ་བཞིན་ལོ། །  
 དཔེ་བསྟན་ནས། དཔེས་གཞལ་བར་བྱ་བ་བཤད་པ།

འདོད་པའི་འདས་ཐུབ་རྒྱལ་ཅིང་།

གོ་འཕང་མི་གཏོ་ཐོབ་པ་དང་།

ལེགས་བར་རྣམ་པར་རྒྱལ་རྣམས་ཀྱི།

འགྲོ་བ་གདགས་སུ་མེད་པ་ཡིན། ༢།

ལེགས་བར་རྣམ་པར་རྒྱལ་རྣམས་ཀྱིས། ཞེས་བྱ་བ་ལ་ལེགས་པ་ནི་མཐོང་བའི་  
 ལམ་གྱི་མཐུས་དེའི་སྤང་བར་བྱ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་སྤངས་པའི་ཕྱིར་ངན་སོང་  
 གསུམ་ལས་གཏན་དུ་རྒྱལ་བཤོ། འདོད་པའི་འདས་ཐུབ་རྒྱལ་ཞིང་། ཞེས་བྱ་  
 བ་ལ་འདོད་པའི་འདས་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་འདོད་པའི་འདས་ཐུབ་ཤོ། །རྒྱ་ཐོ་དེ་ལས་

ཀླུ་བའི་ངང་ཚུལ་འདི་ལ་ཡོད་པ་སྟེ། ཁམས་གསུམ་གྱི་མཐོང་བ་དང་བསྟོན་པས་  
སྤང་བར་བྱ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་སྤངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ལོང་མའི་ས་པའི་ཉོན་མོངས་  
པ་ནི་ནམ་མཁའ་བཞིན་དུ་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདོད་པ་ན་སྤྱོད་  
པའི་དགེ་བ་ཡང་འདས་ཐུབ་དང་འབྲ་བའོ། །འགྲོ་བ་གདགས་སུ་མེད་པ་ཡིན། །  
ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེ་དག་གི་འགྲོ་བ་ཡང་ལུང་བསྟན་པར་མི་རུས་ཤིང་མེད་དེ། འགྲོ་བ་  
ལྟའི་ཉོན་མོངས་པ་སྤངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཅིའི་ཕྱིར་དེ་དག་གི་འགྲོ་བ་གདགས་པ་  
མེད་ཅེ་ན། ལོ་འཁར་མི་གཡོ་འཛམ་ཅེས་བྱ་བས་བསྟན་ཏེ། ལུང་པོ་ལྷག་མ་མེད་  
པའི་མྱ་ངན་ལས་འདས་པའི་དབྱིངས་སུ་ཁྱེགས་པ་ནི་མི་གཡོ་བའི་ལོ་འཁར་སྟེ།  
རྟག་པའི་གནས་སྐབས་དེར་འཇུག་པའོ།

དེ་ཡང་རི་ལྷར་གདགས་པ་ཐ་དད་པའི་རྒྱ་པོ་བཞིན་ཏེ། འདི་ལྷར་ཐོགས་  
མཐོན་པོ་དང་། དམའ་བ་ལ་འཇུག་པའི་རྒྱ་ཁྲུང་ཆེན་པོ་ནི་གང་གྲ་ལ་སོགས་པར་  
འདུས་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལས་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་བབ་པ་ན་སྤོན་གྱི་ཐ་སྟངས་ཐམས་  
ཅད་འགགས་པར་འགྱུར་བ་བཞིན་ལོ། །རི་སྤྱིད་ན་ཡང་དེ་ཁམས་གསུམ་ལས་  
འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བས་གདུལ་བ་ལ་ཐན་གདགས་པའི་ཆེད་དུ་རེ་ཞིག་འདི་  
ཉིད་དུ་གནས་ན་ཡང་དབང་པོ་ལ་སོགས་པའི་ལྷ་རྣམས་ཀྱི་དེ་ལན་དུ་མར་བལྟས་  
ཀྱང་བསམ་དུ་མེད་པ་ཡིན་ན། གཞན་ལྷ་སྟོས་ཀྱང་ཅི་དགོས། དེ་རི་ལྷ་བྱ་ཞེ་ན།  
གང་ཞིག་ཁོང་ན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་སོ།

གང་ཞིག་ཁོང་ན་འཇུག་པ་མེད་པ་དང་།

གང་ཞིག་སྤྱིད་དང་སྤྱིད་མིན་ལས་སོགས་།

དེ་དག་འཇིགས་བྲལ་བདེ་ཞིང་མྱ་ངན་མེད་།

ལྷས་ཀྱང་བལྟ་ཞིང་བསམ་དུ་མེད་པར་འགྱུར། ༣༩།

དེ་ནས་ལྷའི་དབང་པོ་བརྒྱ་བྱེད་འདི་སྟུང་དུ་སེམས་ཏེ། ཉན་ཞིག་ན་བདག་གིས་ཆེ་  
 དང་ལྷན་པ་འོད་སྤངས་ཆེན་པོ་མཐོང་ཞིང་དེ་ལ་བསོད་སྟོབས་དབུལ་བར་འགྱུར་  
 ཞེས་བསམས་པ་དང་། དེའི་དབང་དུ་མཛད་དེ་ཆོག་གས་སུ་བཅད་པ་འདི་གསུངས་  
 སོ། །གང་ཞིག་ནི་སེམས་ཅན་ཆེན་པོ་འོ། །ཁོང་ན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ནང་གི་བྱེད་པ་སྟེ་  
 སེམས་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་རྟོ། །འབྲུག་པ་དག་ཅེས་བྱ་བ་ནི་འབྲུག་པར་བྱེད་པ་དང་  
 བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་རྣམ་པར་འཛོམས་པ་ནི་འདིའི་ངེས་པའི་ཆོག་གོ། །ཁོང་ཁྱོ་བ་  
 དང་། སྐག་དོག་དང་། ཁྱོ་བ་དང་། ཁོན་དུ་འཛིན་པ་དག་བསྐྱབ་པའི་བྱིར། འདིར་  
 མང་པོའི་ཆོག་ཏུ་བསྐྱབ་པ་ཡིན་ཏེ། ལྷུང་ལ་བྱམས་པ་ལ་སོགས་པས་ཡོངས་སུ་  
 བསྟོས་པ་ཡིན་ན་ཁྱོ་བའི་སྐབས་ལྷ་ག་ལ་ཞིག་ཡོད་པར་འགྱུར་བའོ། །འདིས་ནི་  
 འདོད་པ་ལས་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བར་བསྟན་རྟོ། །གང་ཞིག་སྲིད་དང་སྲིད་མིན་  
 ལས་སྟོག་པ། ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྣམ་པ་འདིས་སྲིད་པ་ནི་གང་ཞིག་སྲིད་པ་སྟེ། ལྷའམ་  
 ལྷ་ལས་གཞན་གང་ཡང་རུང་བ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའོ། །དེ་ཉིད་ནི་སྲིད་པ་ཉིད་  
 དེ་སྲིད་པ་ལས་སྟོག་པ་དང་། འདས་པ་སྟེ། སྲིད་པ་སྲིད་པ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་རྟོ།  
 སྲིད་པ་མ་ཡིན་པ་ནི་སྲིད་པ་དང་བྲལ་བ་སྟེ། སྲིད་པ་ལས་འདས་པའི་བྱིར་འདིས་  
 ནི་ས་གོང་མའི་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བར་བསྟན་རྟོ། །དེ་ནི་འཛིགས་བྲལ་ཞེས་བྱ་  
 བ་ནི་སྐྱག་པ་དང་བྲལ་བ་སྟེ། འདོད་པ་ལས་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བའི་བྱིར་རོ། །

བདེ་བ་ནི་བདེ་བ་ཡང་དག་པར་སྟེས་པའོ། །སྲིད་པོར་གྱུར་པའི་བདེ་བ་འདི་  
 ཡོངས་སུ་སྤངས་ཀྱང་འདི་མི་ཞན་ཅིང་ཁྱད་པར་གྱི་བདེ་བ་ཡོད་པས་ཡོངས་སུ་  
 ཐར་བའི་བྱིར་རྟེ། གཞུགས་སུ་ལས་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་ཞིང་ཁྱད་པར་ཅན་གྱི་  
 མཆོག་ཏུ་དགའ་བ་འཛོམ་པའི་བྱིར་རོ། །ཟུང་ན་མེད་ཅེས་བྱ་བ་ནི་གཞུགས་མེད་



བ་ལས་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་སྟེ། དེ་ནི་རྒྱུད་ཀྱི་གདུང་བ་ཐམས་ཅད་ཡང་དག་  
 བར་ཟད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ལྷས་ཀྱང་བལྟ་ཞིང་བསམ་དུ་མེད་པར་འགྱུར། །ཞེས་བྱ་  
 བ་ནི་བསམ་དུ་མེད་པ་ནི་ངོམས་པ་མེད་པ་སྟེ། སྐད་ཀྱི་བྱིངས་ཀྱི་དོན་ནི་ལྷ་ཚོགས་  
 བའི་དོན་ཡིན་པས་བསམ་དུ་མེད་པ་ནི་ངོམས་པ་མེད་པ་ལོ། །ཡང་ན་བསམ་པ་ནི་  
 དེས་པ་ཡིན་ལ་བསམ་དུ་མེད་པ་ནི་དེས་པ་མེད་པ་སྟེ། དེ་དག་གི་གཟུགས་ལས་  
 འདིར་བལྟས་པས་ནང་གི་དེ་ཉིད་རི་ལྟ་བུ་བཞེན་དུ་རྟོགས་པ་འཇམ་ཤེས་པར་རུས་པ་  
 ནི་མེད་དོ། །ལྷས་ཀྱང་ཐེལ་གྱིས་འོན་མེ་འགྱུར། །ཞེས་གཞན་དག་དུ་བརྗོད་དོ། །  
 འདིའི་དོན་ནི་བདུད་ཀྱི་རིས་ཀྱི་ལྷ་དེས་ཀྱང་བར་དུ་གཅོད་པར་མི་རུས་སོ་ཞེས་བྱ་  
 བ་ལོ། །རི་ལྟར། དགེ་སློང་འདིགས་པ་དང་བྲལ་བར་འགྱུར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་  
 ལ་བཤད་པ། འདོད་པའི་དངོས་པོ་སྤངས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། འདི་ཉིད་གསལ་བར་བལྟ་  
 བ་ནི་འདི་ན་གང་དག་ཅས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལོ།

འདི་ན་གང་དག་ཚེས་མང་མོས་བ་དང་།

རྟོགས་ཤིང་ཅི་ཡང་མེད་པ་ཀྱི་རེ་བདེ།

སྐྱེ་བ་སྐྱེ་བའི་སེམས་ལ་རབ་ཆགས་ཤིང་།

ཅུང་ཟད་ཡོད་པ་བརྒྱུ་བར་གྱུར་ལ་ལྟོས། ༧༠།

རྒྱལ་པོ་གསལ་རྒྱལ་གྱིས་ལྷན་མར་དང་ཉིལ་མར་གྱི་སྤྱིན་གཏོང་ཁང་པར་གཏན་པ་  
 མེད་པ་བཞག་ཅིང་བྱིས་དུ་མི་བྱེར་བར་དེ་ཉིད་དུ་བདག་ཉིད་ཅི་འདོད་པ་འབྱུང་དུ་  
 འབྱུག་པ་ལས་ཀྱན་དུ་རྒྱ་ཞིག་གིས་རང་གི་རྩང་མ་བྱ་བཅས་ནས་དེར་སྦྱུང་དགོས་  
 པས་དེ་དེར་སོང་སྟེ། ལྷན་མར་མང་པོ་འབྱུངས་ནས་བྱིས་དུ་སོང་ལ་རྩང་མ་ཆེས་  
 བར་བྱའོ་ཞེས་བསམས་ནས་ལྷན་མར་མང་པོ་འབྱུངས་པ་ལས་མ་ལྷ་སྟེ་སྤང་དུ་

འབྲེལ་བ། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཉན་ཐོས་ཀྱི་དགོ་འདུན་དང་བཅས་པ་བསོད་སྦྲུམས་  
 ཀྱི་ཕྱིར་གཤེགས་པས་གཟིགས་ཏེ། འཕགས་པ་ཀུན་དག་འཛོམས་དེའི་གཏམ་ཁྲུས་  
 བ་དང་། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་གཉིས་གསུངས་སོ། །དེ་  
 གསུངས་ནས་དེ་ཉིད་དུ་བྱས་བུས་པ་ལས་དེའི་སློབ་མས་དེ་བསྐྱང་བར་འདོད་ཀྱང་  
 བསྐྱང་བར་མ་རྒྱས་སོ། །བཅོམ་ལྷན་འདས་འཁོར་དང་བཅས་པ་དེ་ལ་གཟིགས་  
 ནས་འདི་སྦྲུལ་དུ་དགོངས་ཏེ། འདིར་གང་གིས་གང་ལ་སོ་སོར་རིག་ཅིང་ཆགས་པ་  
 མེད་པའི་ཐུབ་པ་དེ་ནི་བདེ་སྟེ། དེས་བྱས་པ་ནས་བརྩམས་ཏེ། སྤྱི་པོ་ཅི་ཡང་མེད་  
 ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་གཉིས་སོ། །

གང་དག་ཅེས་བྱ་བ་ནི་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་འོ། །ཅི་ཡང་མེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
 རྒྱང་མ་ལ་སོགས་པ་ཡོངས་སུ་བརྒྱང་བའི་དངོས་སོ་ཅི་ཡང་མེད་པ་འོ། །ཀྱེ་རེ་བདེ་  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་བདེ་བ་ཆེན་པོ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་རྟོ། །འདི་ན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདོད་པའི་  
 ཁམས་དང་འདོད་པའི་ཁམས་སུ་འཇུག་པ་འོ། །ཅི་ཡང་མེད་པ་མ་ཡིན་པ་ནི་གིན་  
 དུ་བདེ་བ་ཆེན་པོ་ཡང་དག་པར་འབྱུང་བ་མ་ཡིན་ནོ། །གཞན་རི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། ཆོས་  
 མང་མཐོང་ཞིང་རྟོགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་སྟེ་ཡོངས་སུ་བརྒྱང་བ་གཉིས་མེད་པ་སྟེད་  
 པ་རྩ་བ་ནས་སྤངས་པ་དང་དགག་པ་འོ། །དེ་ལས་དང་པོའི་དབང་དུ་བྱས་པ་ནི། ཡང་  
 དག་པའི་ཤེས་པས་ངེས་པར་བྱས་པ་ནི་རྟོགས་པའི་ཆོས་སྤྲུག་བསྐྱེལ་ལ་སོགས་  
 པ་འཕགས་པའི་བདེན་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་དེ། མཐོང་བ་དང་བསློམ་པའི་ལམ་  
 གཉིས་ཀྱི་གནས་པའི་ཆངས་པར་སྦྱོད་པ་ནི་ཁམས་གསུམ་ལས་འདོད་ཆགས་དང་  
 བྲལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །གཉིས་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས། མང་ཐོས་ཞེས་བྱ་བ་སློབ་ཏེ།  
 ལུང་མང་པོ་རྟོགས་པར་བྱ་བ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་མ་རྟོགས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། གསུང་

རབ་ཡན་ལག་བརྩ་གཉིས་ཀྱི་དོན་མང་པོ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་ཉན་ཅིང་ཐོས་པ་གང་གིས་མ་བསྟོམས་པ་དེའོ།

ཐོས་པ་དང་བསམ་པ་ལས་བྱུང་བའི་ཤེས་པ་གཉིས་ཀྱིས་ནི་ཉོན་མོངས་པ་འཇོག་པར་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཅིའི་ཕྱིར་ཅི་ཡང་མེད་པ་བདེ་བ་ཆེན་པོ་ཡིན་ཞེན། ཅུང་ཟད་ཡོད་པ་བརྒྱག་པར་གྱུར་ལ་ལྟོས། །ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་ཡོངས་སུ་བརྒྱུང་བ་དང་བཅས་པ་ལ་ལྟོས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ལྟ་བར་གྱིས་ཤིག་པའོ། །བརྒྱག་པར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མོངས་པར་གྱུར་པ་དང་། ཤི་བར་གྱུར་པ་དང་། ཉམ་ཐག་པ་དང་། གཞོད་པར་གྱུར་པའོ། །སྟེ་པོ་ནི་ཀླན་དུ་རྒྱ་བའོ། །སྟེ་པོ་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྒྱུང་མ་ལ་སོགས་པའོ། །སྟེ་པོ་ཇི་ལྟ་བུ་ཞེན། །སེམས་ལ་རབ་ཆགས་ཤིང་ཞེས་བྱ་བ་ཡིད་ལྟག་པར་ཞེན་པ་སྟེ། འདོད་པའི་འདོད་ཆགས་ཀྱི་རྗེས་སུ་ཞེན་པ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་རྟོ། །གང་ལུལ་ལ་སེམས་ཆགས་པ་དེ་ཉིད་དབང་པོ་མ་དུལ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བསྟན་པའི་ཕྱིར། ལུས་ལ་རབ་ཆགས་ཤིང་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ།

འདི་ན་གང་དག་ཚུལ་མང་ཐོས་པ་དང་།

རྟོགས་ཤིང་ཅི་ཡང་མེད་པ་གྱེ་རེ་བདེ།

སྟེ་པོ་སྟེ་པོའི་ལུས་ལ་རབ་ཆགས་ཤིང་།

ཅུང་ཟད་ཡོད་པ་བརྒྱགས་པར་གྱུར་ལ་ལྟོས། ༧།

གཟུགས་དག་ལ་རབ་ཏུ་ཆགས་པའི་དབང་པོ་གང་ཡིན་པ་སྟེ། དབང་པོ་མ་དུལ་བ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་རྟོ། །ཆགས་པ་ཡང་ཞུན་མར་གས་ཆེར་འབྱུང་བའི་ལུས་ནི་གཟུགས་སོ། །སེམས་མ་དུལ་བ་ལ་ནི་ལེ་ལོ་ལ་སོགས་པ་འབྱུང་ཞིང་ལུས་ལ་གཞོད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བསྟན་པ་ཡིན་ཏེ་དཔེན་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རྟོགས་པ་ཡང་

མེད་དོ། །དེ་ལ་མ་དུལ་བ་ལ་གནས་པ་ནི་སྤྲུག་བསྐྱེད་པ་ལ་གནས་པ་ཡིན་ནི་ཞེས་  
བསྟན་པའི་བྱིར། སྤྲུག་བ། སྤྲེ་བ་ཅི་ཡང་མེད་པར་གྱུར་བ་བདེ།

སྤྲེ་བ་ཅི་མེད་ཡོན་ཏན་རྟོགས་པ་དང་།

སྤྲེ་བ་ཅི་ཡང་མེད་པར་གྱུར་བ་བདེ།

སྤྲེ་བ་སྤྲེ་བའི་སེམས་ལ་རབ་ཆགས་ཤིང་།

ཅུང་ཐད་ཡོད་པ་བརྒྱུ་བར་གྱུར་ལ་ལྟོས། ༢༡།

སྤྲེ་བ་ཅི་མེད་ཡོན་ཏན་རྟོགས་པ་དང་།

སྤྲེ་བ་ཅི་ཡང་མེད་པར་གྱུར་བ་བདེ།

སྤྲེ་བ་སྤྲེ་བའི་སྤྲུག་ལ་རབ་ཆགས་ཤིང་།

ཅུང་ཐད་ཡོད་པ་བརྒྱུ་བར་གྱུར་ལ་ལྟོས། ༢༢།

ཞེས་བྱ་བ་སྤྲེ་ཡོངས་སུ་བརྒྱུང་བ་མེད་པའི་སྤྲེ་བ་ཉིད་ནི་བདེ་བ་ལ་སྤྲེད་པ་ཡིན་  
ཏེ་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བའི་བྱིར་རོ། །ཡོན་ཏན་རྟོགས་པའི་བྱིར་བར་གྱིས་ཅི་  
ཡང་མེད་པ་ཉིད་ཀྱི་བྱིར་བར་གྱི་ཤེས་པ་དང་ལྡན་པའི་བྱིར་ཡོན་ཏན་རྟོགས་པར་  
འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །སྤྲུག་མ་ནི་བསྟན་ཟིན་ཏོ། །དཔེན་པའི་ཤེས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་  
ཅི་ཡང་སྤངས་པས་ནི་རང་དབང་གི་བདེ་བ་འཛོལ་བར་འགྱུར་གྱི་གཞན་དུ་ནི་མ་  
ཡིན་ནི་ཞེས་བསྟན་པའི་བྱིར། གཞན་གྱི་དབང་གྱུར་ཀྱན་སྤྲུག་སྟེ། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་  
སོགས་པའོ།

གཞན་གྱི་དབང་གྱུར་ཀྱན་སྤྲུག་སྟེ།

རང་དབང་ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་བདེ།

# སྒྲིང་བ་ཤིན་ཏུ་སྤང་དགའ་བ།

## ཐུན་མོང་གླུ་བ་པས་བརྒྱུག་པར་ཟད། ༧༧

ཀླུ་པོ་གསལ་ཀླུ་ཀྱིས་རི་དྲགས་འཛིན་གྱི་མ་ས་ག་ལ་ཐུས་ཐམས་ཅད་ལ་མོ་  
གམ་མེད་པ་དང་བྱ་བཅས་མེད་པར་གནང་ངོ། །དེ་པར་ཕྱོགས་ནས་མོ་གམ་བྱ་  
བའི་ཐུས་ཁྲེ་ཏེ་འོངས་ནས་དེའི་ཕྱིར་ཀླུ་པོ་ལ་ལན་གསུམ་གྱི་བར་དུ་ཞུ་བ་བྱ་  
བའི་ཕྱིར་ཆས་པ་ལས་སྐབས་མ་ཆེད་དེ། ཡིད་བྱུང་ནས་བཅོས་ལྡན་འདས་གྱི་ཐད་  
དུ་ལྷགས་ཏེ་སྐབས་འདི་རྒྱ་ཆེར་གསོལ་བ་དང་ཆེགས་སུ་བཅད་པ་འདི་གསུངས་  
སོ། །ཀྱུན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མ་ལུས་པའོ། །གཞན་གྱི་དབང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གང་གཞན་ལ་  
རག་ལུས་པ་ཞེས་བསྟུ་བ་བྱས་ཏེ། གཞན་ལ་རག་ལུས་པ་དང་གཞན་དང་འབྲེལ་  
བའི་དངོས་པོ་ནི་སྟུག་བསྟུལ་བ་ཡིན་ཏེ། ཉེ་བར་གདུང་བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

རང་དབང་ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་བདེ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་གང་ཅུང་ཟད་བདག་ཉིད་  
འདོད་པ་བཞིན་དུ་བྱེད་པ་དེ་ནི་མངོན་སུམ་དུ་མངོན་པར་འདོད་པ་སྟུབ་པའི་ཕྱིར་  
རོ། །གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་ན་དེས་ཇི་ཞིག་ཅེ་ན། ཐུན་མོང་གླུ་བ་ཞེས་བྱ་བ་སྟོས་ཏེ་འདི་  
སྐད་མོན་ཏོ། །གང་གཞན་གྱི་དབང་དེ་ནི་ལོས་ཀྱང་སྟུག་བསྟུལ་བ་ཡིན་ཏེ། འཁོར་  
བ་པའི་དངོས་པོ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་ནི་རྒྱ་དང་རྒྱུན་གཞན་གྱི་དབང་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
སྟུག་བསྟུལ་བ་ཉིད་དེ་འདི་ལྟར་རྒྱ་དང་རྒྱུན་ནི་ཐམས་ཅད་དུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཐུན་  
མོང་སྟེ། སྤྱིའི་ཡིན་པས་ཁྲེད་ཅག་འཁོར་བའི་ནང་ན་གནས་པའི་སེམས་ཅན་དུས་  
ཇི་ལྟ་བར་བརྒྱུག་པ་དང་། གནོད་པར་འགྱུར་བར་ཟད་དེ། དེས་བྱས་པའི་ལུས་དང་  
སེམས་ཀྱི་གདུང་བ་ཉམས་སུ་སྤོང་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཇི་སྐད་དུ་བཤད་པ། གལ་ཏེ་དེ་  
ལྟ་ན་གནོད་པར་བྱེད་པའི་རྒྱ་ཡིན་པས་དེ་མ་ཐག་ཡོངས་སུ་སྤང་བར་མི་རུས་པ་

ཡིན་པས་སྒྲིལ་བ་ཞེས་སྒྲིལ་རྟེ། འདིས་འགྲོ་བ་ལ་སོགས་པ་དག་ཏུ་སྒྲིལ་བ་ཡིན་ནོ་  
ཞེས་བྱས་སོ། །ཡང་ན་འདོད་པའི་སྒྲིལ་བ་རྣམས་པ་བཞི་དག་ལས་སོ། །

ཤིན་ཏུ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གང་གི་ཕྱིར་གྱི་དོན་རྟོ། །ཅིའི་ཕྱིར་དེ་དག་བརྒྱལ་ཅེ་ན།  
དེའི་ཅ་བར་གྱུར་པའི་སྒྲིལ་བ་ནི་སྤང་བར་དཀའ་བ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་རྟོ། །སྤང་བར་  
དཀའ་བ་ནི་འདའ་བར་དཀའ་བ་འོ། །འདི་སྤྱག་བསྐྱེད་གཅིག་ཕྱར་མ་ཟད་དེ། གང་  
ཀྱུ་ལ་ལོ་ལ་ལན་གསུམ་དུ་མཐོང་ཡང་ཉོན་མོངས་པ་དང་ལས་ཡོད་པས་ནམ་ཡང་  
སྤྱག་བསྐྱེད་ལས་གྲོལ་བར་མི་འགྱུར་རྟེ་ཉེ་བར་ལེན་པའི་ཕྱར་ལོ་ནི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་  
བདག་ཉིད་དོ་ཞེས་བསྟན་རྟོ། །རྣམས་པར་འབྱེད་པ་ལས་བཤད་པའི་དོན་ནི་གནས་  
སྐབས་གཞན་དུ་བཞུགས་དེ། བྱིས་བདག་ཡོངས་སུ་འབྲིམ་པ་ན་དགེ་བའི་བཤེས་  
གཉེན་ཉིད་དཀའ་མ་རྙེད་པས་མ་བྲིམས་རྟེ། དགེ་འདུན་གྱི་དུས་ཡོལ་བ་ལས་བཙོམ་  
ལྷན་འདས་ཀྱིས་འདི་གསུངས་སོ། །དེ་ལ་འདིའི་དོན་ནི་གཞན་གྱི་དབང་ཐམས་ཅད་  
སྤྱག་བསྐྱེད་པ་ཡིན་རྟེ། གང་གི་ཕྱིར་ཐུན་མོང་དུ་གྱུར་པ་ཡིན་ཡང་གང་དགེ་འདུན་  
ཀྱིས་བསྟན་ཅིང་ཉེ་བར་བཏགས་པའི་བཟའ་བ་དང་བཏུང་བས་དགེ་སྦྱོང་གི་དགེ་  
འདུན་དག་བརྒྱལ་བར་ཟད་དེ་མ་ཐོབ་པ་ལས་སོ། །དེ་ལ་རྒྱ་གང་གིས་སྒྲིལ་བ་ཡིན་  
ཞེ་ན། །ཡུན་རིང་མོར་ཡོངས་སུ་བསགས་པའི་གཞུགས་དང་འབྲེལ་བ་འོ། །དེ་ཡང་  
དཀའ་བས་བཙལ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཤིན་ཏུ་སྤང་དཀའ་བ་འོ། །སྤེད་པ་ལ་སོགས་པའི་  
ཉོན་མོངས་པའི་ཆོགས་ཉིད་སྤངས་ན་རང་དབང་དུ་འགྱུར་གྱི་གཞན་དུ་མ་ཡིན་ནོ་  
ཞེས་བསྟན་པའི་ཕྱིར། ཞེན་པར་འགྱུར་པའི་མི་ནང་ན། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་འོ། །

ཞེན་བར་གྱུར་པའི་མི་ནང་ན།

ཞེན་བ་མེད་བར་གནས་བ་དང་།

ཞེན་པའི་ནང་ན་མ་ཞེན་པ།

ཀྱེ་མའོ་ཤིན་ཏུ་བདེ་བར་འཛོ། ༧༥།

རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ན་ཆེ་དང་ལྷན་པ་བཟང་ལྷན་བྱ་བ་བྱས་ཤིང་མཚན་མོ་ཐོ་རངས་ཀྱི་  
 དུས་སུ་ལན་གསུམ་ཆེད་དུ་བཞོད་པ་ཆེད་དུ་བཞོད་དེ། བདག་ནི་བདེའོ་ཞེས་སྒྲིམ་  
 པ་དང་། དེ་ལ་དགོ་སྤྲོད་རྣམས་ཀྱིས་བྲིས་པ། ཅི་སྟོན་གྱི་འདོད་པ་དག་བཞུགས་  
 ཞེས་པ་དང་། དེས་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་ལྟ་བུ་འདྲ་དེ། སྟོན་གྱི་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་  
 གསུངས་པ་འདི་གཟུང་བར་བྱའོ་ཞེས་གསུངས་སོ། །བདེ་བ་ནི་བྱ་བའི་བྱད་པར་དུ་  
 བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། བསྐྱུགས་པའི་བདེ་བ་འདིས་འཛོ་བའི་བྱད་པར་ཡིན་ནོ། །ཀྱེ་མའོ་  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་དགའ་བ་སྟེ་འཛོ་བ་འཛིན་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་དགའ་བ་དང་ལྷན་པས་འདི་  
 སྤྲོད་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ཏོ། །རི་ལྷ་བྱ་ཞེ་ན། ཞེན་པའི་ནང་ན་ཞེན་པ་མེད་པ་ཞེས་བྱ་  
 བའོ། །དགའ་བ་དག་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དམིགས་ཀྱིས་དབྱེ་བ་བདུན་པོ་སྟེ། །ཡུལ་  
 ལ་དགའ་བ་དག་གི་ནང་ནས་བདག་ནི་དེ་ལ་དགའ་བ་མེད་པའོ། །ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན་  
 འདི་ལྟར་ཞེན་པའི་ནང་ན་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། གང་དགོན་པ་སུ་གོ་ལ་སོགས་པ་དག་  
 དང་བཀའ་པ་དང་། སྒྲིམ་པ་ལ་སོགས་པའི་སྐྱག་བསྐྱེལ་གྱིས་གཙོས་པའི་ནང་དུ་  
 བཟུང་བ་དང་བརྟུང་བའི་ཡོངས་སྤྱོད་ཡོངས་སུ་བསགས་པ་དེ་ཉིད་བདེ་བར་གནས་  
 པ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་སྟེད་པའི་ཀྱན་དུ་སྦྱར་བ་ཡོངས་སུ་མ་བཙོས་པའི་ནང་དུ་  
 དེ་བཙོས་པ་གནས་པ་ནི་རི་ལྷ་ར་བདེ་བར་མི་འཛོ་བ་ཡིན་ཏེ། དེ་བས་ན་འདིས་ནི་  
 ཁམས་གསུམ་གྱི་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བར་བསྐྱུན་ནོ། །ཞེ་སྤང་སྤང་བའི་ཕྱིར་  
 སྒྲིམ་པ། ནད་ཀྱིས་ཐེབས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའོ། །

ནད་ཀྱིས་ཐེབས་པའི་མི་ནང་ན།

ནད་མེད་བར་ནི་གནས་བ་དང་།

ནད་བའི་ནང་ན་ནད་མེད་བ།

ཀྱི་མཐོ་ཤིན་ཏུ་བདེ་བར་འཛོ། ༧༩

ཉམ་ཐག་པས་གནོད་པར་གྱུར་བ་ནི་ནད་ཀྱིས་ཐེབས་པ་སྟེ་གནོད་པས་ཉམ་ཐག་  
 ཅིང་གཏུང་བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་ནད་དོ། །བྱམས་བ་ལ་སོགས་པའི་མཐུས་ཁྲོ་བ་  
 བསལ་བ་ནི་ནད་མེད་པ་ཞེས་བརྗོད་དོ། །འདོད་ཆགས་དང་ཞེ་སྤང་གཉིས་ཀྱིས་ནི་  
 བལ་ཆེར་གཞན་ལ་གནོད་བ་བྱེད་པ་ཡིན་ཅི་ཞེས་བསྟན་པའི་ཕྱིར། འཆེ་བ་ཅན་གྱི་  
 མི་ནང་ན།

འཆེ་བ་ཅན་གྱི་མི་ནང་ན།

འཆེ་བ་མེད་བར་གནས་བ་དང་།

འཆེ་བའི་ནང་ན་འཆེ་མེད་བ།

ཀྱི་མཐོ་ཤིན་ཏུ་བདེ་བར་འཛོ། ༨༠

གནོད་སེམས་ཅན་གྱི་མི་ནང་ན།

གནོད་སེམས་མེད་བར་གནས་བ་དང་།

གནོད་སེམས་ཅན་ནང་གནོད་མེད་བ།

ཀྱི་མཐོ་ཤིན་ཏུ་བདེ་བར་འཛོ། ༨༡

ཞེས་བྱ་བས་རྣམ་པར་ཐོ་འཚམས་པ་སྟེ་ཚིག་གིས་གཞན་ལ་འཆེ་བ་དང་ལུས་ཀྱིས་  
 བྱེད་པར་དུ་འཆེ་བ་ཡིན་པས་འཆེ་བར་བྱེད་པ་སྟེ་ཐོ་འཚམས་ཤིང་འཆེ་བར་བྱེད་



བཤོ། །དང་སྤྱི་རྣམས་ཀྱི་ཡིད་ཀྱི་ཁྲོ་བས་ནི་བྱད་པར་དུ་ཡུལ་མི་ལ་སོགས་པ་  
འཛུམས་པར་བྱེད་པས་དེ་ལྟ་བུ་ལས་ཀྱང་བརྒྱུག་པར་བསྟན་པའི་བྱིར། འཁོན་  
ཅན་གྱི་མི་ནང་ན། །ཞེས་བྱ་བ་སྟོས་ཏེ།

འཁོན་ཅན་གྱི་མི་ནང་ན།

འཁོན་མེད་པར་གནས་པ་དང་།

འཁོན་ཅན་ནང་འཁོན་མེད་བ།

ཀྱི་མཐོ་ཤིན་ཏུ་བདེ་བར་འཛོ། ༧༩

ཁོང་ཁྲོ་བ་དང་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བའི་འཁོན་ཏེ་གང་ལ་ཡོད་པ་ནི་འཁོན་ཅན་ཏེ་  
དབྱུག་པ་ཅན་བཞིན་ནོ། །རྒྱལ་པོ་ནི་པལ་ཆེར་ཉོན་མོངས་པ་བཞི་པོ་དེ་སྤྱོད་པ་  
ཡིན་པས་དེ་ཙམ་ཞིག་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་དེས་བསྟན་ཏོ། །ཅུང་ཟད་ཀྱང་ལྷག་མ་  
མ་ལུས་པར་སྤངས་པར་གྱུར་ན་ནི་བྱད་པར་ཅན་གྱི་བདེ་བ་ཡོད་དོ་ཞེས་བསྟན་  
པའི་བྱིར། མི་མེ་ལ་དག་ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའོ།

མི་མེ་ལ་དག་པ་བསྟེན་ཀྱང་།

ང་ལ་ཅི་ཡང་ཆོག་པ་མེད།

ང་ལ་གང་དག་ཅི་མེད་བས།

ཀྱི་མཐོ་ཤིན་ཏུ་བདེ་བར་འཛོ། ༨༠

མི་མེ་ལའི་བདག་པོ་རྒྱལ་པོའི་དང་སྤྱི་རྣམས་ཀྱི་འདོད་པ་ལས་འདོད་ཆགས་དང་  
བྲལ་བ་རི་ཞིག་ན་གནས་སོ། ཅི་ཙམ་ན་མི་མེ་ལ་མེ་ཆེན་པོས་ཆོག་པ་མཐོང་ནས་  
སངས་རྒྱས་ཀྱིས་གསུངས་པའི་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་གཅིག་སྟོས་སོ། །ང་ལ་གང་  
དག་ཅེས་བྱ་བ་ནི་རང་ཉིད་ལའོ། །ཅི་མེད་པས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདོད་པའི་ཁམས་ལ་

ལྷག་པར་ཞེན་པའི་དངོས་པོ་མེད་པ་སྟེ། ལྷག་བསམ་འབྱུང་བ་ཐམས་ཅད་ནི་དེ་དང་  
འབྲེལ་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཅིའི་ཕྱིར་ཞེན། །འདི་ལྟར་མི་ཐེ་ལ་དག་ཅེས་བྱ་བས་བསྟན་  
ཏེ་འདོད་པ་ལས་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་ནི་དེ་ལ་ལྷག་པར་ཞེན་པ་བྱེད་པའི་ཕྱིར་  
རོ། །ཀུང་ལ་ཅི་ཡང་མེད་པ་དེ་ཉིད་ནི་ཟག་པ་མེད་ཅིང་བསམ་གཏན་གྱི་དགའ་བའི་  
བདུད་ཅིའི་རོ་ལ་ཁོངས་སྤྱད་པ་ཡིན་གྱི་གཞན་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བསྟན་པའི་ཕྱིར།  
ང་ལ་ཅི་ཡང་མེད་མོད་གྱི། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་སོ།།

ང་ལ་ཅི་ཡང་མེད་མོད་གྱི།

དགའ་བ་ཐ་བར་བྱེད་བས་ན།

འོད་གསལ་གྱི་ནི་ལྷ་བཞིན་དུ།

ཀྱེ་མཐོ་ཤིན་ཏུ་བདེ་བར་འཛོ། ༡༡

འཇིག་ཆོགས་ལ་ནི་མི་རྟེན་བས།

ང་ལ་ཅི་ཡང་མེད་མོད་གྱི།

དགའ་བ་ཐ་བར་བྱེད་བས་ན།

ཀྱེ་མཐོ་ཤིན་ཏུ་བདེ་བར་འཛོ། ༡༢

ངེས་པར་སྤྱང་བར་འགྱུར་པའི་ལས་བྱས་ཤིང་བསགས་པ་དེ་ནས། དེ་བཞིན་  
གསེགས་པའི་རྒྱད་ལ་གནས་པ་ཡང་ངེས་པར་འབྲས་བུ་འབྱུང་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་  
བསྟན་པ་ཡིན་ཏེ། བཅོམ་ལྷན་འདས་བྲམ་ཟེའི་གྲོང་སྤུ་ལ་ཅན་དུ་བསོད་སྟོམས་ལ་  
གསེགས་པ་ལས་དེ་ལ་བསོད་སྟོམས་མ་བརྟེས་ཏེ་སྤར་གསེགས་པ་དང་། བདུད་  
གྱིས་ངེ་ཞིག་མང་དུ་བརྟེས་ཞེས་གསོལ་བ་དང་། བཅོམ་ལྷན་འདས་གྱིས་བཀའ་

སྐལ་བ། སྤྲིག་ཅན་ཇི་སངས་རྒྱུས་ཀྱིས་རྟེན་པར་དགའ་འོ་ཞེས་སེམས་སམ། དེ་  
བཞིན་གསལ་གསལ་བས་ནི་བསོད་ནམས་མང་པོ་སྤེལ་བས་བརྟེས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་དང་།  
དེའི་ཕྱིར་ཡང་ཞུགས་ཏེ་ཇི་ལྟར་ཐོབ་པ་དེ་ལྟར་ངས་བྱའོ་ཞེས་བ་ནས་ཚིགས་སུ་  
བཅད་བ་གཉིས་གསུངས་སོ།།

དགའ་བ་ཐ་བར་བྱེད་བས་ནི། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་དགའ་བ་ཉིད་ལོངས་སྟོང་ཅིང་ཐ་  
བ་སྟེ། འདིར་ཉིང་འེ་འཇིན་ལས་སྟེས་པའི་དགའ་བ་དང་བདེ་བ་ལ་ལོངས་སྟོང་པའི་  
ཕྱིར་རོ། །ཇི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། འོད་གསལ་གྱི་ལྷ་ཞེས་བྱ་བས་བསྟན་ཏེ། བསམ་གཏན་  
གཉིས་པའི་ལྷ་ནི་དགའ་བ་ཁྱད་པར་ཅན་དང་ལྷན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཟང་ཟེང་མེད་པའི་  
དགའ་བ་དང་བཅས་པ་ལ་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཏེ་བར་ལོངས་སྟོང་བ་ཡིན་ལོ་ཞེས་བྱ་  
བ་འདི་ག་ལས་ཤེ་ན། འདི་ལྟར། འཇིག་ཚོགས་ལ་ནི་མི་བརྟེན་བས། །ཞེས་བྱ་བ་  
སྟོས་ཏེ། འཁོར་བའི་དངོས་སོ་ལ་ལྷག་པར་ཞེན་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཟང་ཟེང་  
མེད་པའི་དགའ་སྟོན་བ་འཚེ་བ་མེད་པ་ཡིན་ལོ་ཞེས་བསྟན་པའི་ཕྱིར། ལེན་པའི་རྒྱུན་  
ཀྱིས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་སོ།།

ལེན་པའི་རྒྱུན་གྱིས་ཐྱད་ཅིང་རེག་འགྱུར་གྱི།

ལེན་མེད་ཅི་དང་ཐྱད་ཅིང་རེག་མེད་བས།

བདག་དང་གཞན་གྱིས་བསྟེན་པའི་བདེ་སྤྱད་གིས།

དགོན་བཅས་ཁྱོད་དུ་རེག་པར་མི་འགྱུར་རོ། ༥༩།

མཇེས་དགའ་མོ་བསད་བ་དང་། དག་སྟོང་ཁྱོད་དུ་སོང་བ་ལས། དགོན་པར་སོང་  
བ་ཡང་རུང་སྟེ་དེ་དག་གིས་མཐོང་ནས་ཁྱེད་ཅག་གི་དག་སྟོང་ཇི་ལྟ་བུ་ཞེས་བཤེས་  
བར་གྱུར་བ་དང་འདི་གསུངས་སོ། །ཁྱོད་ནི་སྟེ་པོ་མང་པོ་འཇུག་པའི་ཚུགས་ཏེ་སྟེ་

པོ་དང་ལྷན་པའི་སྐྱགས་སོ། །དགོན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ནགས་ཀྱི་གནས་སོ། །བདེ་  
 ལུག་གིས་རེག་བར་མི་འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ལས་བདེ་བ་ནི་ཚམས་བར་བྱེད་པའོ། །  
 ལུག་བསྐལ་ནི་ཉེ་བར་གཏུང་བའོ། །རེག་པ་ནི་དོན་སྣ་ཚོགས་པ་ཡིན་ནོ། །བདག་  
 དང་གཞན་གྱིས་བསྐྱེད་པའི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བདག་གིས་བསྐྱོན་པས་བས་བྱེད་པ་དེས་  
 བྱས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་གཞན་གྱིས་བྱས་པའི་བདེ་བ་དང་ལུག་བསྐལ་ནི་དེས་བར་  
 བྱེད་པས་མ་བྱས་ཏེ། རྒྱ་དང་རྒྱུན་དང་འབྲེལ་པའི་ཕྱིར་རོ། །བསྐྱེད་པ་ནི་འཛིན་  
 པ་དང་འཆང་བ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ནོ། །འདིའི་རྒྱུན་དང་འབྲེལ་པའི་ཕྱིར་བཤད་པ།  
 རེག་འགྱུར་ཞེས་བྱ་བས་ཉེ་གཏུང་བར་བྱེད་པའོ། །ཐད་པ་ནི་གང་བ་ལ་སོགས་པ་  
 ཐད་པ་སྟེ། གཡེང་བ་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །

ལེན་པའི་རྒྱུན་གྱིས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཉོན་མོངས་པ་ལ་སོགས་པ་ལེན་པའི་རྒྱ་ལ་  
 བརྟེན་པའོ། །ལེན་མེད་ཅེས་བྱ་བ་ནི་ཉོན་མོངས་པ་ལ་སོགས་པའི་སྐྱོན་དང་བྲལ་ན་  
 སྟེ་རི་ཞིག་ཐད་ཅིང་རེག་བར་འགྱུར་ཏེ། མི་འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ནོ། །གང་  
 གིས་རི་ལྷར་བདག་ཉིད་ཉམས་པ་མེད་པར་རྟོགས་པའོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གང་གིས་རི་  
 ལྷར་དེས་བར་བྱ་ཞེ་ན། འདི་ལྷར། དེ་དག་ནི་ཀུན་དུ་འགྲོ་བར་བྱེད། ཅེས་བྱ་བ་སྟེ།

འཛིག་རྟེན་འདི་ན་བདེ་དང་ལུག་བསྐལ་གྱིས།

སྐྱེས་བྱ་དམ་པ་མཚོ་དམན་མི་འགྱུར་ཞིང་།

བརྟེན་རྣམས་འདོད་པའི་རྒྱ་ཡིས་མི་འབྲལ་བར།

སྐྱེས་བྱ་དམ་པ་ཀུན་དུ་འགྲོ་བར་བྱེད། ༡༧།

བདེ་པའི་ཚམས་ཉེ་སྐྱམ་ཅུ་བའོ། །

འཕགས་པ་གྲ་རིའི་བྱ་དང་མོད་གལ་གྱི་བྱ་ལ་སྤྱེགས་ཅན་གྱིས་བཀྱར་སྤྱི་མ་  
ཡིན་པ་བྱས་ཀྱང་ཞེ་སྤང་བར་མ་གྱུར་ཅིང་སྤངས་པའོ། །ཕན་གདགས་པའི་ཕྱིར་  
ཐམས་ཅད་དུ་འགྲོ་བས་ན་ཀྱན་དུ་འགྲོ་བ་སྟེ། འདི་ནི་ཕན་འདོགས་པ་དང་གཞོད་པ་  
བྱེད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་མི་ལྟ་བའོ། །དེ་ལྟར་ཡང་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། སྤྱེས་བྱ་དམ་པ་ཞེས་  
བྱ་བས་བསྟན་ཏེ། བསམ་པ་དང་སྦྱོར་བ་ལྟན་སྤུས་ཚོགས་པའོ།།

སྤྱེས་བྱ་དམ་པར་ངེས་པར་བྱེད་པའི་རྟགས་བསྟན་པའི་ཕྱིར་བཤད་པ། འདོད་  
པའི་རྩ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རྟེན་པ་དང་བཀྱར་སྤྱིའི་ཆེད་དུའོ། །མི་འབྲེལ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
མིའི་ཚཱམས་སྤྱི་མ་མེད་བཞིན་དུ་གཞན་ལ་སྤྱི་བ་མེད་པའོ། །ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། བརྟན་  
པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེས་ན་བརྟན་རྣམས་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །ཅིའི་ཕྱིར་དེ་དག་བརྟན་པར་  
ངེས་ཤེ་ན་དེའི་ཕྱིར་བརྟན་པའི་འབྲས་བྱ་བཤད་པ། འཇིག་རྟེན་འདི་ན་བདེ་བས་  
རེག་པ་ནི། ཞེས་བྱ་བ་སྦྱོས་ཏེ། སྤོང་དང་འབྲེལ་བ་འཕམ་དགོན་པ་དང་འབྲེལ་པའི་  
བདེ་བ་དང་སྤྱུག་གསུལ་དང་ལྡན་པ་དེས་དམ་པ་བརྟན་པ་དག་མཐོ་དམན་དང་། སྦྱོ་  
ཤི་བ་དང་གཞེངས་མཐོ་བར་མི་འགྱུར་ཏེ། དགའ་བའམ་ང་རྒལ་དང་སྦྱོ་ཞིང་ཞུས་པ་  
མེད་པ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ཏོ། །བདེ་བའི་ཚཱམས་ཏེ་སྤུས་རྩ་བའི་རྣམ་པར་འབྲེལ་བ་  
རྟོགས་སོ།།     ||



༡༡། ཆེད་དུ་བརྗོད་པའི་ཆོས་ས་ལས་སེམས་ཀྱི་ཆོས་ས་  
ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།།

ཆེད་དུ་བརྗོད་པའི་ཆོས་ས། བས་སོ་བཞི་བ་སྟེ་ཐ་མ།

གཞུང་བར་དགའ་ཞིང་ཡང་བ་དང་།།

གང་དུ་དགའ་བར་འགྲོ་བ་ཡི།།

སེམས་དུལ་བ་ནི་ལེགས་བ་སྟེ།།

སེམས་དུལ་བ་ཡིས་བདེ་བ་འབྲེན། ༡

བདུད་ཀྱི་གཞི་དག་སྤང་བ་ན།།

རྩ་པོའི་གནས་ནས་རབ་བཏོན་ཏེ།།

ཐང་ལ་པོར་བའི་ཉ་ལྟ་བུར།།

བདག་གི་སེམས་ནི་ཡོངས་སུ་གཡོ། ༢

ཉི་མ་ལས་ནི་འོད་ཟེར་ལྟར།།

བདག་གི་སེམས་ནི་སོ་སོར་རྒྱག །

དེ་དག་མཁས་པས་ངས་བསྐྱོག་སྟེ།།

ལྷགས་ཀྱི་ཡིས་ནི་སྤང་ཆེན་བཞིན། ༣

ང་ལ་དོན་མེད་སྟོད་པ་དང་།  
 བལྟར་མེད་སྟོང་པོ་མེད་པ་དེ།  
 ཉག་ཏུ་གཏུལ་བར་བྱ་བའི་བྱིར།  
 སེམས་དེ་ལ་ནི་ང་སྒྲུའོ། ༥།

སེམས་འདི་སྟོན་ཆད་རི་ལྟར་འདོད་པ་དང་།  
 དགའ་མགུར་སྟོད་ཅིང་རྒྱ་བར་བྱེད་པ་དག །  
 མྱང་ཆེན་སྟོས་ལ་མི་ཡིས་བྱགས་ཀྱང་ལྟར།  
 དེ་ནི་ཚུལ་བཞིན་བྱ་བས་དེ་བརྩུང་ངོ་། ༥།

ཁང་བྱིམ་བྱེད་པ་འདི་ཡིས་ནི།  
 ཡང་ཡང་སྟེ་བའི་སྤྱག་བསྐུལ་ཅན།  
 སྟེ་བའི་འཁོར་བ་དུ་མ་ཞིག །  
 ད་ལྟར་ཕན་ཆད་ཁྱོད་ཀྱིས་སྤྱང་། ༦།

ཁང་བྱིམ་བྱེད་པ་ཁྱོད་མཐོང་བས།  
 བྱིམ་གྱི་གཏུང་ཆེན་རྣམས་བཅོམ་ལ།  
 བྱམ་རྣམས་ཐམས་ཅད་བཅག་ནས་སྤྱ།  
 བྱིན་ཆད་བྱིམ་བྱེད་མི་གཞུག་གོ།



སེམས་ནི་འདྲ་བྱེད་དང་བྲལ་ནས།  
འདི་ཉིད་ལ་ནི་ཟད་བར་འདོད། ༡

སེམས་ནི་གཡོ་ཞིང་བརྟན་པ་སྟེ།  
རིང་དུ་འགྲོ་ཞིང་བརྟོག་དཀའ་བ།  
མདའ་མཁན་མེ་ཡིས་སྤྲོང་བ་ལྟར།  
ཡིད་གཞུངས་པ་ཡིས་བསྐྱང་བར་བྱ། ༢

གང་ཞིག་ལུས་མེད་ལུག་ན་གནས།  
གཅིག་ལུ་རྒྱ་ཞིང་རིང་འགྲོ་བའི།  
སེམས་དེ་འདྲལ་བར་བྱེད་པ་ནི།  
འཇིགས་པ་ཆེ་ལས་ཐར་བར་འགྱུར། ༣

ལོག་པའི་སྟོན་ལྟན་སེམས་གང་གིས།  
བདག་ཉིད་སྤྱུག་བསྐྱལ་བྱེད་འགྱུར་བའི།  
དེ་ལྟར་འཁོན་གྱིས་འཁོན་ཅན་དང་།  
དག་པོས་དག་ལའང་བྱེད་མི་འགྱུར། ༡༠

ཡང་དག་སྒྲིན་ལྷན་སེམས་གང་གིས།  
 བདག་ཉིད་བདེ་བར་བྱེད་འགྱུར་བ།  
 དེ་ལྷན་པ་དང་མ་དག་དང་།  
 གཉེན་གཞན་གྱིས་ཀྱང་བྱེད་མི་འགྱུར། ༡༡

ཇི་ལྷན་ཁང་སྤྱང་གཡོགས་ཉེས་ན།  
 ཆར་བ་ཡོངས་སུ་འཇག་བ་ལྷན།  
 དེ་བཞིན་སེམས་ནི་མ་བསྒྲོམས་བ།  
 འདོད་ཆགས་རྣམས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བཅོམ། ༡༢

ཇི་ལྷན་ཁང་སྤྱང་གཡོགས་ལེགས་ན།  
 ཆར་བ་རྣམ་པར་མི་འཇག་བ།  
 དེ་བཞིན་ལེགས་པར་བསྒྲོམས་པའི་སེམས།  
 འདོད་ཆགས་རྣམས་ཀྱིས་ཡོངས་མི་ཆོས་སྒྲིལ། ༡༣

ཇི་ལྷན་ཁང་སྤྱང་གཡོགས་ཉེས་ན།  
 ཆར་བ་ཡོངས་སུ་འཇག་བ་ལྷན།  
 དེ་བཞིན་སེམས་ནི་མ་བསྒྲོམས་བ།  
 ཞེ་སྤང་རྣམས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བཅོམ། ༡༤

ཇི་ལྟར་ཁང་སྤེང་གཡོགས་ལེགས་ན།  
 ཆར་བ་རྣམ་པར་མི་འཇག་བ།  
 དེ་བཞིན་ལེགས་པར་བསྐྱོམས་པའི་སེམས།  
 ཞེ་སྤང་རྣམས་ཀྱིས་ཡོང་མི་ཚེས་པ། ༡༥།

ཇི་ལྟར་ཁང་སྤེང་གཡོགས་ཉེས་ན།  
 ཆར་བ་ཡོངས་སུ་འཇག་བ་ལྟར།  
 དེ་བཞིན་སེམས་ནི་མ་བསྐྱོམས་བ།  
 གཉི་སྤྱག་རྣམས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བཅོམ། ༡༦།

ཇི་ལྟར་ཁང་སྤེང་གཡོགས་ལེགས་ན།  
 ཆར་བ་རྣམ་པར་མི་འཇག་བ།  
 དེ་བཞིན་ལེགས་པར་བསྐྱོམས་པའི་སེམས།  
 གཉི་སྤྱག་རྣམས་ཀྱིས་ཡོང་མི་ཚེས་པ། ༡༧།

ཇི་ལྟར་ཁང་སྤེང་གཡོགས་ཉེས་ན།  
 ཆར་བ་ཡོངས་སུ་འཇག་བ་ལྟར།  
 དེ་བཞིན་སེམས་ནི་མ་བསྐྱོམས་བ།  
 ང་རྒྱལ་རྣམས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བཅོམ། ༡༨།

རི་ལྟར་ཁང་སྟེང་གཡོགས་ལེགས་ན།  
ཆར་བ་རྣམས་པར་མི་འཇག་བ།  
དེ་བཞིན་ལེགས་པར་བསྒྲོམས་པའི་སེམས།  
ང་རྒྱལ་རྣམས་ཀྱིས་ཡོང་མི་ཆོས་ས། ༡༩།

རི་ལྟར་ཁང་སྟེང་གཡོགས་ཉེས་ན།  
ཆར་བ་ཡོངས་སུ་འཇག་བ་ལྟར།  
དེ་བཞིན་སེམས་ནི་མ་བསྒྲོམས་བ།  
ཆགས་བ་རྣམས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བཅོམ། ༢༠།

རི་ལྟར་ཁང་སྟེང་གཡོགས་ལེགས་ན།  
ཆར་བ་རྣམས་པར་མི་འཇག་བ།  
དེ་བཞིན་ལེགས་པར་བསྒྲོམས་པའི་སེམས།  
ཆགས་བ་རྣམས་ཀྱིས་ཡོང་མི་ཆོས་ས། ༢༡།

རི་ལྟར་ཁང་སྟེང་གཡོགས་ཉེས་ན།  
ཆར་བ་ཡོངས་སུ་འཇག་བ་ལྟར།  
དེ་བཞིན་སེམས་ནི་མ་བསྒྲོམས་བ།  
སྟེང་བ་རྣམས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བཅོམ། ༢༢།

རི་ལྷར་ཁང་སྤང་གཡོགས་ལེགས་ན།  
 ཆར་བ་རྣམ་པར་མི་འཛག་པ།  
 དེ་བཞིན་ལེགས་པར་བསྐྱོམ་པའི་སེམས།  
 མེད་བ་རྣམས་ཀྱིས་ཡོངས་མི་ཚམས། ༡༣།

ཚམས་ཀྱི་སྤྲོན་དུ་ཡིད་འགྲོ་སྟེ།  
 ཡིད་མགྲོགས་ཡིད་ནི་གཙོ་བོ་ཡིན།  
 གལ་ཏེ་ཡིད་རབ་གདུག་པ་ཡིས།  
 སྤྲོས་སམ་ཡང་ན་བྱས་ཀྱང་རུང་།  
 དེ་ཡིས་དེ་ནི་སྤྲོག་བསྐྱེད་འཛོམ།  
 འཁོར་ལོས་མགོ་བོ་བཅད་བ་བཞིན། ༡༤།

ཚམས་ཀྱི་སྤྲོན་དུ་ཡིད་འགྲོ་སྟེ།  
 ཡིད་མགྲོགས་ཡིད་ནི་གཙོ་བོ་ཡིན།  
 གལ་ཏེ་ཡིད་རབ་དང་བ་ཡིས།  
 སྤྲོས་སམ་ཡང་ན་བྱས་ཀྱང་རུང་།  
 དེ་ཡིས་དེ་ནི་བདེ་བ་འཛོམ།  
 གྲིབ་མ་རྗེས་སུ་འབྲང་བ་བཞིན། ༡༥།

བཅད་པ་ཆེད་ཆེར་འཛིན་པ་དང་།  
 སེམས་ནི་ཉོན་མོངས་གྱུར་པ་ཡིས།  
 གྲགས་སྐབས་ཆོལ་བར་བྱེད་པ་ཡིས།  
 ལེགས་བཤད་ལེགས་བར་མི་ཤེས་སོ། ༡༤།

སྤང་བའམ་ཡང་ན་འཁྲུག་བའམ།  
 དད་པ་མེད་པའི་སེམས་དག་གིས།  
 རྗོགས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་ཡི།  
 དམ་ཆོས་ཀྱན་ཤེས་མི་རུས་སོ། ༡༥།

གང་གིས་བག་མེད་སེམས་དང་ནི།  
 ཁྲོ་བ་རྣམ་པར་བརྟུལ་བ་དང་།  
 འདི་ན་གཞོད་སེམས་རབ་སྤངས་བ།  
 དེས་ནི་ལེགས་བར་བཤད་པ་ཤེས། ༡༦།

སེམས་ཀྱི་བརྟན་པ་མེད་པ་ཡིས།  
 དམ་ཆོས་རྣམ་པར་ཤེས་མི་འགྱུར།  
 དད་པ་འགྱུར་ལྡོག་བྱེད་པ་ཡི།  
 ཤེས་རབ་ཡོངས་སུ་རྗོགས་མི་འགྱུར། ༡༧།

ཀྱན་རྟོག་ལ་རྒྱལ་ས་རྟོན་པ་ཡི།  
 ལྷ་ངན་སྤུང་ཅུ་ཅ་རྒྱག་གི།  
 རྒྱ་པོའི་རྒྱན་ནི་གང་ཡིན་པ།  
 ཡིད་ཀྱི་རྒྱན་ལས་རབ་ཏུ་འབབ། ༣༠།

དགའ་སེམས་དབང་པོ་ཕལ་པ་དང་།  
 སེམས་ཀྱི་རྗེས་འབྲང་ཞན་པ་ཡི།  
 མི་དེའི་གྲགས་འབྲིབ་འབྲས་ལྷགས་པའི།  
 ལྷན་ཤིང་ལ་ནི་བྱ་བ་ཞིན་རོ། ༣༡།

སེམས་ཁྱོད་ལྷང་ཁྱོལ་འདོད་ལ་དགའ་མ་བྱེད།  
 བརྩོན་སེམས་བག་ཡོད་པ་ལ་གནས་པར་གྱིས།  
 བག་མེད་བྱས་པས་དཔྱལ་བར་བཙོས་པ་དང་།  
 ལྷགས་གོང་མིད་པས་ཁྱོད་ནི་མ་དུ་ཞིག་༣༢།

ལྷང་བའི་དུས་ཆེ་འདུག་པར་བྱེད་པ་དང་།  
 ལང་ཆོ་སྟོབས་ལྷན་མི་འབད་ཁྱིམ་འདུག་དང་།  
 བསམ་པ་རྫོགས་ཆེ་ལེ་ལོ་བྱེད་པ་ཡི།  
 མི་ཡི་ཤེས་རབ་ལས་རྟོགས་མི་འགྱུར་རོ། ༣༣།

ཕྱན་ཆེགས་ནམ་རྟོག་ཞིབ་མོར་ནམ་རྟོག་པས།  
 རང་ན་གནས་པའི་ཡིད་ནི་གཡེན་ཡང་སྟོ།  
 ཡིད་ཀྱི་ནམ་རྟོག་དེ་དག་མ་ཤེས་ན།  
 འཁྲལ་སེམས་ཡང་དང་ཡང་དུ་རྒྱག་པར་བྱེད། ༣༥།

གང་ཞིག་བློ་ལྡན་ནམ་འབྲེད་བཙོན་པ་དང་།  
 རྟོག་པར་རྟོག་ལ་མཁས་པས་དེ་ཤེས་ན།  
 རང་ན་གནས་པའི་ཡིད་ནི་གཡེན་སྟོ་བ།  
 ཐམས་ཅད་མ་ལུས་སྒོ་ཡིས་རབ་ཏུ་སྟོང་། ༣༥།

ལུས་འདི་བྱམ་པ་འདྲ་བར་རྟོགས་བྱས་ཤིང་།  
 སྟོང་ཁྱེར་འདྲ་བའི་སེམས་ཀྱིས་སྤྲོ་བརྩེགས་ནས།  
 ཤེས་རབ་མཚོན་གྱིས་བདུད་དང་གཡུལ་སྤྲད་དེ།  
 བརྟལ་ནས་གནས་མེད་པར་ནི་བསྐྱེད་པར་བྱ། ༣༦།

འཇིག་རྟེན་འདི་དག་བྱམ་པ་འདྲར་རྟོགས་ཤིང་།  
 དེ་བཞིན་ཆོས་རྣམས་སྤྲིག་རྒྱུ་འདྲར་ཤེས་ནས།  
 ཤེས་རབ་མཚོན་གྱིས་བདུད་དང་གཡུལ་སྤྲད་དེ།  
 བརྟལ་ནས་གནས་མེད་པར་ནི་བསྐྱེད་པར་བྱ། ༣༧།



ལུས་འདི་དབྱ་བ་འདྲ་བར་རྟོགས་བྱས་ཤིང་།  
 རྫོང་ཁྱེར་འདྲ་བའི་སེམས་ཀྱིས་སྒྲན་བརྩམས་ནས།  
 སེས་རབ་མཆོན་གྱིས་བརྟན་དང་གཡུལ་སྤྲད་དེ།  
 བརྟལ་ནས་གནས་མེད་བར་ནི་བསྐྱར་བར་བྱ། ༣༡

འཇིག་རྟེན་འདི་དག་དབྱ་བ་འདྲར་རྟོགས་ཤིང་།  
 རྫོང་ཁྱེར་འདྲ་བའི་སེམས་ཀྱིས་སྒྲན་བརྩམས་ནས།  
 སེས་རབ་མཆོན་གྱིས་བརྟན་དང་གཡུལ་སྤྲད་དེ།  
 བརྟལ་ནས་གནས་མེད་བར་ནི་བསྐྱར་བར་བྱ། ༣༢

གང་གིས་བྱང་རྩལ་ཡན་ལག་བརྟན།  
 སེམས་ཀྱིས་ལེགས་བར་བསྐྱོམས་བ་དང་།  
 གང་ཞིག་ལེན་ལ་མི་དགའ་ཞིང་།  
 ལེན་བ་རབ་རྩ་སྤངས་བ་དང་།  
 ཐག་ཐད་སྒྲོན་རྣམས་བསལ་བ་དེ།  
 འཇིག་རྟེན་དག་ན་སྤྲ་དན་འདས། ༣༣

གང་ཞིག་གཡག་ཁྲའི་ཅེ་མོ་ལྟར།  
 རང་གི་སེམས་ནི་རྗེས་སྤང་ཞིང་།

འབྲུང་པོ་རྣམས་ལ་བཅེར་ལྡན་བ།

དེ་ཡི་བདེ་བ་ཡོང་མི་ཉམས། ༧༡

གང་ཕྱིར་སྤང་པའི་སྤང་པོ་ཆེ།

མཆེ་བ་བཟང་པོའི་སྤང་ཆེན་དང་།

སེམས་དང་སེམས་ནི་མཉམ་བས་ན།

དེ་ཕྱིར་གཅིག་སུ་ནགས་སུ་དབྲེས། ༧༢

གང་གི་ཡིད་ལ་གནོད་མེད་ཅིང་།

འབྲུང་པོ་ཀུན་ལ་བཅེར་དང་།

འབྲུང་པོ་རྣམས་ལ་བྱམས་བྱེད་བ།

དེ་ལ་ནམ་ཡང་འཁོན་མི་འབྱུང་། ༧༣

གང་ལ་གནོད་པའི་སེམས་མེད་ཅིང་།

འབྲུང་པོ་རྣམས་ལ་བཅེར་དང་།

སྟོན་ཆགས་ཀུན་ལ་བྱམས་བྱེད་བ།

དེ་ལ་ནམ་ཡང་འཁོན་མི་འབྱུང་། ༧༤

གང་ལ་གནོད་པའི་སེམས་མེད་ཅིང་།

འབྲུང་པོ་རྣམས་ལ་བཅེར་དང་།

སེམས་ཅན་ཀྱན་ལ་བྱམས་བྱེད་པ།  
 དེ་ལ་ནམ་ཡང་འཁོན་མི་འབྱུང་། ༤༥།

མཇེལ་བ་ཤེས་ཀྱན་དང་གྲོགས་ཀྱན་དང་།  
 འབྱུང་པོ་ཀྱན་ལ་བརྟེ་བ་དང་།  
 བྱམས་པའི་སེམས་ནི་བསྐྱེད་པ་བྱས་ན།  
 བདེ་བ་ཤིན་ཏུ་འཕེལ་བར་འགྱུར། ༤༦།

གལ་ཏེ་གང་ཞིག་སློག་ཆགས་འགའ་ལ་འང་སྤང་མེད་སེམས།  
 བྱམས་པར་བྱེད་ན་དེ་ཡིས་དེ་ནི་དགེ་བ་ཡིན།  
 སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ནི་ཡིད་ཀྱིས་བརྟེ་བྱས་ན།  
 བསོད་ནམས་པལ་ཆེར་འཕགས་པས་རབ་ཏུ་བསྐྱུབ་པར་འགྱུར། ༤༧།

མི་གང་དགའ་བའི་སེམས་དང་ནི།  
 ཞུམ་པ་མེད་པའི་ཡིད་ཀྱིས་སྟ།  
 དགེ་བའི་ཆོས་ལ་སྐྱོམ་བྱེད་པ།  
 གྲུབ་པ་དང་ནི་བདེ་བ་འཕྲོག། ༤༨།

ཡང་དག་ཤེས་པས་རྣམ་སྟོན་ཞིང་།།

སྟོབ་ཉེ་བར་ཞི་གྱུར་བ།།

དེ་ཡིས་ཡིད་ནི་ཞི་གྱུར་ཅིང་།།

ལུས་དང་དག་གི་ལས་ཀྱང་ཞི། ༤༩།

ཇི་ལྟར་ཅེ་གཅིག་སེམས་ཀྱིས་ནི།།

ཆོས་རྣམས་ལེགས་བར་མཐོང་བ་ལྟར།།

སེལ་སྤྲོད་ཡན་ལག་ལྔ་པས་ཀྱང་།།

དེ་ལྟར་དགའ་བར་བྱེད་མི་འགྱུར། ༥༠།

གང་ཡིད་ཉིང་འཛིན་ལ་དགའ་བ།།

དེ་དག་འདོད་པས་ཅེ་མི་བྱེད།།

གང་ཞིག་རྩང་ཟད་གདུང་མེད་པའི།།

སྟོབ་པ་བདེ་བར་ཉལ་བར་འགྱུར། ༥༡།

གང་ཡིད་ཉིང་འཛིན་ལ་དགའ་བ།།

དེ་དག་འདོད་པས་ཅེ་མི་བྱེད།།

གང་ཞིག་རྩང་ཟད་གདུང་མེད་པའི།།

སྤུབ་པ་ཀྱི་མཐོང་དགའ་བར་འགྱུར། ༥༢།

གང་གི་སེམས་ནི་བྲག་ལྷ་བྱུང་།  
 རབ་ཏུ་གཡོ་བ་མེད་འདུག་པ།  
 ཆགས་པའི་གནས་ལ་མི་ཆགས་ཏེ།  
 ཁོ་བའི་གནས་ལ་འཇུག་མེད་པར།  
 གང་ཡིད་དེ་ལྟར་གྱུར་བ་དེ།  
 ལྷག་བསྐྱེད་ཐོབ་པར་ག་ལ་འགྱུར། ༥༣།

སྒྱུར་བ་མི་གང་བ་གཞོན་མི་བྱ།  
 སོ་སོར་ཐར་བས་བསྐྱེད་པར་བྱ།  
 ཟས་ཀྱི་ཆོད་ཀྱང་ཤེས་པར་བྱ།  
 བས་མཐའ་དགོན་པར་གནས་བྱ་ཞིང་།  
 ལྷག་བའི་སེམས་ལ་རྣལ་འབྱོར་བྱ།  
 འདི་ནི་སངས་རྒྱས་བསྐྱེད་པ་ཡིན། ༥༤།

སེམས་ཀྱི་རྟགས་ལ་མཁས་པ་དང་།  
 རབ་ཏུ་དབེན་པའི་རྩིས་དང་།  
 རབ་དང་སེམས་པའི་འགྲུས་སྒྱུར་ཅན།  
 ཟང་ཟེང་མེད་པའི་དགའ་བ་མྱོང་། ༥༥།

གང་ཞིག་ཡིད་གཞུངས་དཔེན་དགའ་བདེན་གནས་པས།  
 ཉག་ཏུ་རང་གི་ལུས་ཀྱིས་སྤྱོད་ལས་དང་།  
 སྤྱོད་ཡིད་ནི་སྤྱང་བར་བྱེད་པ་དེ།  
 ལྷ་རན་སྤྱོད་ཞིང་སྤྱག་བསྐྱལ་འཛོལ་མི་འགྱུར། ༥༤།

མ་བསྐྱུངས་པ་ཡི་སེམས་དག་ནི།  
 ལོག་བར་ལྟ་བས་བཅོམ་བ་དང་།  
 གཉིད་དང་སྤྱགས་པས་ཟེལ་ཞོན་བ།  
 བདུད་ཀྱི་དབང་དུ་འགྲོ་བར་འགྱུར། ༥༥།

དེ་བས་སེམས་ནི་བསྐྱུང་བས་ཉི།  
 ཡང་དག་ལྟ་བས་མདུན་བདར་ཅིང་།  
 ཡང་དག་ཀུན་རྒྱུད་སྤྱོད་ལུལ་ཅན།  
 ཡང་དག་སྤྱོད་དང་འཇིག་པ་ཤེས།  
 གཉིད་དང་སྤྱགས་པ་ཟེལ་གཞོན་པའི།  
 དག་སྤྱོད་སྤྱག་བསྐྱལ་ཟད་པ་འཛོལ། ༥༦།

བག་ཡོད་སེམས་ནི་བསྐྱུང་བ་དང་།  
 སེམས་དུལ་ཡང་དག་སྤྱོད་པ་བདེ།

སྐྱེ་དགུ་སེམས་ཀྱིས་བསྐྱས་བ་དག།  
གཅིག་ཏུ་སེམས་ཅན་དབྱུང་བར་འཆོད། ༥༩།

བག་ཡོད་སེམས་ནི་བསྐྱང་བ་དང་།  
སེམས་དུལ་ཡང་དག་ལྡོམ་བ་བདེ།  
སྐྱེ་དགུ་སེམས་ཀྱིས་བསྐྱས་བ་དག།  
གཅིག་ཏུ་དུད་འགོ་རྣམས་སུ་འཆོད། ༦༠།

བག་ཡོད་སེམས་ནི་བསྐྱང་བ་དང་།  
སེམས་དུལ་ཡང་དག་ལྡོམ་བ་བདེ།  
སྐྱེ་དགུ་སེམས་ཀྱིས་བསྐྱས་བ་དག།  
གཅིག་ཏུ་ཡི་དྲགས་རྣམས་སུ་འཆོད། ༦༡།

བག་ཡོད་སེམས་ནི་བསྐྱང་བ་དང་།  
སེམས་དུལ་ཡང་དག་ལྡོམ་བ་བདེ།  
སྐྱེ་དགུ་སེམས་ནི་བསྐྱང་བ་དག།  
གཅིག་ཏུ་མི་ནང་དུ་དགའ། ༦༢།

བག་ཡོད་སེམས་ནི་བསྐྱང་བ་དང་།  
སེམས་དུལ་ཡང་དག་སྒྲིམ་བ་བདེ།  
སྦྱི་དགུ་སེམས་ནི་བསྐྱང་བ་དག །  
གཅིག་དུ་མཐོ་རིས་རྣམས་སྦྱ་དགའ། ༤༣།

བག་ཡོད་སེམས་ནི་བསྐྱང་བ་དང་།  
སེམས་དུལ་ཡང་དག་སྒྲིམ་བ་བདེ།  
སྦྱི་དགུ་སེམས་ནི་བསྐྱང་བ་དག །  
གཅིག་དུ་སྦྱ་ངན་འདས་བ་འཛོལ། ༤༤།  
སེམས་ཀྱི་ཆོས་སྲི་སྦྱུ་རྩ་ཅ་གཅིག་པའོ། །



༡༡། །ཆེད་དུ་བརྗོད་པའི་ཆོས་ས་ཀྱི་ནམ་པར་འབྲེལ་བ་ལས་  
སེམས་ཀྱི་ཆོས་ས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་བཞུགས་སོ།།

༡༢། །བདེ་བ་ནི་སེམས་ལ་གནས་བ་ཡིན་ཀྱི་བདག་ལ་སོགས་བ་ལ་གནས་བ་  
ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བསྟན་པའི་ཕྱིར། དེའི་འོག་དུ་སེམས་ཀྱི་ཆོས་ས་བསྟན་ཏེ། གཟུང་  
བར་དཀའ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་བ་སྟོས་སོ།།

གཟུང་བར་དཀའ་ཞིང་ཡང་བ་དང་།།

གང་དུ་དགའ་བར་འཕྲོ་བ་ཡི།།

སེམས་དུལ་བ་ནི་ལེགས་བ་སྟེ།།

སེམས་དུལ་བ་ཡིས་བདེ་བ་འབྲེན།།

དགོན་བ་ནས་ལོག་པར་འདོད་པའི་རབ་དུ་བྱུང་བ་ཞིག་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་སྦྱན་  
ལྷར་འོངས་བ་དང་འདི་སྐད་ཅེས་བཀའ་སྩལ་ཏེ། །དགེ་སྟོང་ཁྱེད་སེམས་ཀྱི་དབང་  
དུ་མ་འཕྲོ་བར་སེམས་ལེགས་པར་རབ་དུ་བརྟུལ་བར་བྱ་སྟེ། གང་གི་ཕྱིར་སེམས་  
རབ་དུ་བརྟུལ་བར་བྱས་ཏེ། བསྐྱེད་པ་ནི་བདེ་བ་འབྲེན་པར་བྱེད་པའོ་ཞེས་བྱས་  
ནས་འདི་གསུངས་སོ། །དཀའ་བས་བཟུང་ཞིང་གདུལ་བ་འདི་ལ་ཡང་བ་སྟེ་ཤིན་  
དུ་སྤྱོད་པར་ཡོད་པས་འཕགས་བ་ཀུན་དགའ་ལོ་ལ་སོགས་པས་ཀྱང་དེ་རྟོགས་པར་  
དཀའོ་ཞེས་ཐོས་སོ། །ཡང་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྟེན་བཞིན་དུ་སྦྱར་དུ་འབྱར་བར་བྱེད་  
པའི་ཕྱིར་ཏེ། རི་སྐད་དུ། སེམས་ལྟར་ཡང་བར་འཇུག་པ་ནི་འདོད་པ་ན་ཆོས་གཅིག་

གྲང་ཡང་དག་པར་མཐོང་ངོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་གསུངས་ཏེ་གཡོ་བ་ཞེས་བྱ་  
བའི་དོན་རྟོ། །གང་དུ་དགའ་བར་འགྲོ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རི་ལྷོ་འདོད་པ་བཞིན་དུ་  
ཡོངས་སུ་མ་བརྟགས་པས་སྦྱོད་པའི་ཕྱིར་ཏེ་གང་དུ་དགའ་བར་འགྲོ་བའི་ཚུལ་དུ་  
འདི་ལ་ཡོད་པ་དེ་ནི་དེ་ཉིད་དོ།

ཡང་ན་གཟུང་བར་དགའ་བས་ནི་གཟུགས་མེད་པ་ན་སྦྱོད་པའི་སེམས་  
བསྐྱན་ཏེ་དེ་ན་གནས་པའི་བྱིས་བ་ནི་སེམས་དུལ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡང་བ་ནི་  
གཟུགས་ན་སྦྱོད་པ་སྟེ་དགའ་བའི་བདེ་བ་ལ་སྟོས་པས་བཏང་བའི་ཕྱིར་རོ། །གང་དུ་  
དགའ་བར་འགྲོ་བ་ཡིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདོད་པ་ན་སྦྱོད་པ་སྟེ། གཟུགས་ལ་སོགས་  
པའི་ཡུལ་དང་ལྗན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡང་ན་ངན་སོང་གསུམ་དང་མི་དང་ལྷའི་སེམས་  
གོ་རིམས་བཞིན་དུ་སྦྱར་རོ། །སེམས་དུལ་བ་ནི་ལེགས་པ་སྟེ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཡང་  
དག་པའི་ལམ་ལ་ཞུགས་པ་དང་། ལོག་པའི་ལམ་ལས་བསྐྱོད་པས་ཏེ་བར་ཞི་བ་  
ནི་རབ་དུ་བསྐྱགས་པའོ། །ག་ལས་ཤེ་ན། འདི་ལྟར། སེམས་དུལ་བ་ཡིས་བདེ་བ་  
འབྲེན། །ཅེས་བྱ་བ་ནི་སེམས་དུལ་བ་ཁོ་ནས་ནི་འཛིག་རྟེན་དང་འཛིག་རྟེན་ལས་  
འདས་པའི་བདེ་བ་ཐམས་ཅད་སྦྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །སེམས་མ་དུལ་བའི་ཕྱིར་སྲིད་པ་  
སྤངས་པ་ལ་མངོན་པར་དགའ་བ་མེད་པར་བསྐྱན་པ། བདུད་ཀྱི་གཞི་དག་ཅེས་བྱ་བ་  
ལ་སོགས་པའོ།

བདུད་ཀྱི་གཞི་དག་སྦྱོང་བ་ན།

ཏུ་ཐོད་གནས་ནས་རབ་བརྟོན་ཏེ།

ཐང་ལ་ཐོར་བའི་ཉ་ལྟ་བུར།

བདག་གི་སེམས་ནི་ཡོངས་སུ་གཡོ། །

ཆུ་མོ་ཨེ་ར་བ་རྒྱའི་འགྲམ་དུ་ཉ་དག་རྒྱས་ཕྱང་སྟེ་བྱེ་མའི་ཕྱང་པོ་ལ་བོར་བ་དེ་ཡིན་  
 ཏུ་གཡོ་ཞིང་འགྲེལ་བར་གྱུར་རྟོ། ། རྩོགས་དེ་ན་ཡང་དག་སྒོར་རྣལ་འབྱོར་ཅན་ཞིག་  
 གནས་ཏེ་དེའི་སེམས་གཡོ་བར་གྱུར་ཅིང་ཇི་ཅམ་ན་ཉ་དེ་མཐོང་ནས་རང་གི་སེམས་  
 ལ་སྒྲིབ་བ་བྱས་སོ། ། རྒྱ་ལས་སྟེས་བ་ཡིན་བས་རྒྱ་སྟེས་ཏེ་ཉོ། ། ལྟ་བུ་ནི་རི་ལྟ་བ་  
 བཞིན་ནོ། ། ཐང་ལ་བོར་བ་ནི་སོ་གའི་དུས་ཀྱི་ཆ་བས་གདུངས་པའི་བྱེ་མའི་ཐང་ལ་  
 བོར་བའོ། ། ཅིའི་ཕྱིར་དེར་བོར་ཞེ་ན། ཆུ་མོའི་གནས་ནས་རབ་བཏོན་ཏེ། ། ཞེས་བྱ་  
 བ་ཡིན་ཏེ། ཆུའི་གནས་ཀྱི་ཚོགས་ཆེན་པོའི་རང་བཞིན་ལས་མཆིལ་བ་ལ་སོགས་  
 བས་བྱངས་བས་སོ། ། ཡོངས་སུ་གཡོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཡོངས་སུ་འགྲེལ་ཞིང་རྣམ་པར་  
 འཕང་བ་སྟེ་འདུ་ཞིང་འབྲེ་བ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་རྟོ། ། བདག་གི་སེམས་ནི་ཞེས་བྱ་བ་  
 ནི་བདག་ཡིད་ཡོངས་སུ་གཡོ་བ་ནི་རབ་རྩ་མི་འཇུག་པའི་ཞེས་བསྟན་རྟོ། །

བདུད་ཀྱི་གཞི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་པོངས་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྩ་བ་ཉོན་མོངས་པའི་  
 བདུད་དེ་ཉི་བར་དུལ་བ་ལ་ཞུགས་པའི་བདག་གི་སེམས་ནི་དེ་ལྟར་མི་འཇུག་སྟེ། ཇི་  
 ལྟར་འཁོར་བ་ཡོངས་སུ་བབྱང་བའོ། ། བདུད་ཉིད་བདུད་ཀྱི་གཞི་སྟེ་མིང་གི་གཞི་  
 བཞིན་ནོ། ། སྤང་བ་དང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཡོངས་སུ་སྤང་བ་ཉིད་ལ་གཡོ་བ་ཡིན་ཀྱི་  
 འཁོར་བ་དང་འཁོར་བ་བསྟེན་པའི་ཕྱིར་ནི་མ་ཡིན་ནོ། ། གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་བསྟན་བས་  
 ནི་གདུལ་བར་མི་རུས་སོ་ཞེས་བཤད་བ། མཁས་པས་མི་རུས་བ་ནི་མེད་དེ་རི་སྤང་  
 དུ་དུག་འབྱེན་བ་དང་། སྒྲུལ་ལེན་བ་དང་། རོག་འབབ་བ་དག་ཉི་བར་ཞི་བར་བྱེད་ལ།  
 རྩོགས་ཀྱི་སྤང་བོ་ཡང་དུལ་བར་བྱེད་དེ་མཁས་པ་རྣམས་ལ་ནི་མི་འགྲེལ་བ་ཞེས་བྱ་  
 བ་རྩུང་ཟད་ཀྱང་མེད་དོ། ། དེས་ན་ཡུལ་དག་ལ་སེམས་རབ་རྩ་བསྐྱབ་པའི་ཐབས་ནི་  
 མཁས་པ་ཉིད་ཀྱིས་རུས་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བསྟན་པའི་ཕྱིར། ཉི་མ་ལས་ནི་ཞེས་བྱ་བ་  
 ལ་སོགས་བསྟོས་སོ། །

ཉི་མ་ལས་ནི་འོད་ཟེར་ལྟར།

བདག་གི་སེམས་ནི་སོ་སོར་རྒྱག།

དེ་དག་མཁས་བས་ངེས་བརྗོད་ལྟེ།

ལྷགས་ཀྱི་ཡིས་ནི་སྒྲུང་ཆེན་བཞིན། ༡།

འི་འི་ཆེ་མོའི་རྒྱགས་གཅིག་ན་དག་སྒྲོང་དགོན་པ་བ་ཞིག་ཡོད་དེ་ཉོན་མོངས་བ་  
སྒྲུངས་པའི་ཕྱིར་ཞུགས་པ་ན་དེའི་སེམས་ཡུལ་དག་ལ་རྒྱག་པར་གྱུར་ཏོ། །དེའི་ཆེ་  
ཉི་མ་ལས་ལ་དེ་དང་ཉེ་བ་ན་རྒྱལ་པོའི་སྒྲུང་པོ་ཆེ་འདུལ་བར་བྱེད་པ་དེ་མཐོང་ནས་  
འདི་བཤད་དོ། །སོ་སོ་ནི་ནམ་པ་ལྷ་ཆོགས་པའི་ཡུལ་གྱི་ལས་དག་ལོ། །རྒྱག་  
པ་ནི་འདུག་པོ། །གང་ཇི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། ཉི་མ་ལས་ནི་འོད་ཟེར་ལྟར། །ཞེས་བྱ་བ་  
དཔེར་ན་སྤྱི་དང་དུ་བ་དང་རྒྱལ་ལ་སོགས་པ་དང་བྲལ་བའི་ནམ་མཁའ་ལ་གནས་  
པའི་ཉི་མའི་འོད་ཟེར་ནི་ཀྱན་དུ་གོགས་མེད་པར་བྲལ་བར་འགྱུར་བ་དེ་བཞིན་ཏེ།  
གསལ་བའི་ཕྱིར་དང་། ཐུན་མོང་གི་ལས་ལས་གྱུར་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བཤད་ཏོ། །དེས་  
བརྗོད་ལྟེ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཡུལ་དག་ལས་ངེས་བར་ལོན་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་དག་ཅེས་བྱ་  
བ་ནི་སེམས་སོ། །མཁས་པ་ནི་ཐབས་ཀྱི་བྱེད་པར་ཤེས་པོ། །འདིར་དཔེ་བཞུག་  
པ། ལྷགས་ཀྱི་ཡིས་ནི་སྒྲུང་ཆེན་བཞིན། །ཞེས་བྱ་བ་དཔེར་ན་སྒྲུང་པོ་ཆེ་ཞོན་ནས་  
ལྷགས་ཀྱིས་སྒྲུང་པོ་ཆེ་སྤྱོད་པ་ཡང་ལམ་མ་ཡིན་པ་ལས་རྒྱག་པར་བྱེད་པ་བཞིན་  
ནོ། །ནལ་འཕྲོར་ཅན་དེ་ཉིད་ཡང་སེམས་ལ་ཡོངས་སུ་སྤྱོད་པར་བྱེད་ཅིང་འོ། །སྤྱོད་  
ཞེས་བྱ་བ་ནི་བརྗོད་དོ་ཞེས་བྱཏོ། །དེ་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སེམས་ལོ། །ངན་བདག་  
ཉིད་དོ། །སེམས་དེ་ཇི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན་སྤྱིང་པོ་མེད་པ་ཞེས་སྒྲོས་ཏེ་སྤྱད་ཅིག་མ་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར་དོ། །བཟུང་མེད་པ་ནི་མིག་གི་ཡུལ་དུ་མ་གྱུར་པའི་ཕྱིར་མི་ཤེས་པར་སྤྱོད་

བ་སྟེ་རྒྱན་མ་བཞིན་ནོ། །དེ་སྤང་བའི་ཐབས་ལ་འཇུག་པས་བདག་ཉིད་ལ་བསྟན་  
བའི་བྱིར། རྟག་ཏུ་གཏུལ་བར་བྱ་བའི་བྱིར། །ཞེས་བྱ་བ་སེམས་འདི་ལ་སྟོན་བ་སྟེ།

ང་ལ་དོན་མེད་སྤྱད་བ་དང་།

བཏུར་མེད་སྤྱང་པོ་མེད་བ་དེ།

རྟག་ཏུ་གཏུལ་བར་བྱ་བའི་བྱིར།

སེམས་དེ་ལ་ནི་ང་སྤྲོད། །

བདག་ཉིད་ལ་བྲན་བ་ཉེ་བར་གཞག་བ་ལ་སོགས་བ་སྤྱད་ཡུལ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་  
བ་དུས་ཐམས་ཅད་དུ་མཚུངས་བ་མེད་བ་སྟེ་གཞུགས་ལ་སོགས་བ་སྤྲོད། །ཡང་ན་  
ཡུལ་མ་ཡིན་བ་དག་ལས་བརྒྱུག་པའོ། །ཅིའི་བྱིར་ཞེན། ང་ལ་དོན་མེད་ཅེས་བྱ་བ་  
སྟོས་ཏེ། བདག་ལ་གནོད་བའི་བྱིར་འདི་དང་གཞན་དུའོ། །སྤྱད་བ་དང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
འཇུག་པའོ། །ཡང་བྱ་བ་ཡིན་བ་ལ་ངས་འདི་ཉིད་ཡོངས་སུ་གཏང་བར་མི་བྱ་སྟེ། །  
དེ་བས་ན་དེ་ཉིད་བཤད་བ། སེམས་འདི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་བ་སྟོས་སོ།

ང་ལ་དོན་མེད་སྤྱད་བ་དང་།

བཏུར་མེད་སྤྱང་པོ་མེད་བ་དེ།

རྟག་ཏུ་གཏུལ་བར་བྱ་བའི་བྱིར།

སེམས་དེ་ལ་ནི་ང་སྤྲོད། །

འདི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སེམས་སོ། །སྟོན་ཆད་ནི་གཞན་དུ་སྟེ་ཐུན་པའི་གནས་སྐབས་སོ། །  
སྤྱད་ཅིང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྤྱད་པར་བྱས་བ་སྟེ་རབ་ཏུ་འཇུག་པར་བྱུར་པའོ། །རྩུ་བར་  
བྱེད་བ་དག་ཅེས་བྱ་བ་ནི་འགྲོ་ཞིང་འཇུག་བ་སྟེ་གཞུགས་དང་སྤྱད་ཡུལ་དག་ལའོ། །  
རི་ལྟ་བུར་ཞེན། རི་ལྟར་འདོད་པར་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། གང་གིས་འདོད་བ་བཞིན་  
དུ་འཇུག་པ་ཆོས་དང་ཆོས་མ་ཡིན་བ་དེ་བཞིན་དུ་སྤྱད་པའོ། །འདི་ནི་བྱ་བའི་བྱེད་

བར་རོ། །གང་དུ་འདོད་པར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གང་གཞུགས་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་དག་ལ་འདོད་ཅིང་མངོན་པར་དགའ་བ་སྟེ་ལྷག་པར་ཞེན་ཅིང་སྦྱོད་པ་དེ་ནི་བྱ་བའོ།།

ཇི་ལྟར་འདོད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྣམ་པ་གང་གིས་གྲུས་བ་དང་མ་གྲུས་བའམ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་གང་གིས་སམ། འདོད་ཆགས་དང་ཞེ་སྤང་དང་གཉི་སྤྲུག་གིས་བཏང་བའམ། གོ་རིམས་བཞིན་དུ་གཞུགས་མེད་པ་དང་གཞུགས་དང་འདོད་པ་ན་སྦྱོད་པའི་བླ་རྒྱས་ཀྱི་དབང་གིས་སོ། །དེ་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ད་ལྟར་རོ། །དེ་གཞུང་ངོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སེམས་སོ། །ཚུལ་བཞིན་བྱས་པས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་གཉེན་པོ་བསྐྱོམས་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ཏེ། ཇི་སྐད་བཤད་པ། འདོད་ཆགས་དང་ཞེ་སྤང་ལ་སོགས་པ་ལ་མི་གཙང་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་འབྲིས་པར་བྱའོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །ཚུལ་ནི་ཐབས་ཏེ། དེ་ཡང་རབ་ཏུ་བསྐྱགས་ཤིང་རྗེས་སུ་མཐུན་པ་ནི་ཚུལ་བཞིན་ཞེས་བརྟེན་དེ། འདི་ལྟར་གང་ཇི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། གླང་ཆེན་ཚྱོས་ལྟར་ཞེས་བྱ་བ་སྟོས་ཏེ་གླང་པོ་ཆེ་ཚྱོས་པ་ཇི་ལྟར་འགའ་ཞིག་གིས་ལྷགས་ཀྱས་ལམ་ལོག་པ་ལས་བརྒྱུ་ཅིང་ལམ་དུ་འཇུག་པ་དེ་བཞིན་ནོ། །སེམས་ཀྱི་རང་གི་ངོ་བོ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་ཡོངས་སུ་གཙོད་པས་ནི་དེ་འདུལ་བ་ཡིན་གྱི་གཞན་གྱིས་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟ་བས་ན་རབ་ཏུ་བརྟུག་པའི་ཕྱིར་ཁང་བྱིས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་སོ།།

ཁང་བྱིས་བྱེད་པ་འདི་ཡིས་ནི།

ཡང་ཡང་སྟེ་བའི་སྤྲུག་བསྐྱེལ་ཅན།

སྟེ་བའི་འཁོར་བ་དུ་མ་ཞིག །

ད་ལྟར་ཐན་ཆད་ཁྱོད་ཀྱིས་བྱུང་། ༦

ཁྱིམ་ཡོངས་སུ་སྤངས་པའི་རབ་རྩ་བྱུང་བ་ཞིག་སྡོན་གོས་པའི་དབང་གིས་དགོན་  
 པར་ཁྱིམ་བྱེད་པ་ལ་བཙོན་ཞིང་འབད་པར་གྱུར་ཏེ་ཇི་ཅམ་ན་ཡིད་བྱུང་ནས་བཙོན་  
 ལྟན་འདས་ཀྱིས་བསྐྱལ་བས་རང་གི་སེམས་ལ་ཆོག་གས་སུ་བཅད་བ་གཉིས་ཀྱིས་  
 བསྐྱེགས་པར་བྱེད་པའོ། །གཞན་དག་ནི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཡིད་བྱུང་ན་བཞུགས་པ་ན་  
 བདུད་ཀྱི་སྟོན་ལ་སོགས་པས་སེམས་རྣམ་པར་དཀྱུགས་པའི་བྱིར་འོངས་པ་ན་བྱང་  
 ཆུབ་སེམས་དཔས་གསུངས་སོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །དུ་མ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དཔག་ཏུ་མེད་  
 པའོ། སྐྱེ་བའི་འཁོར་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འཕྲོ་བ་དག་ཏུ་འཁོར་བའི་སྐྱེ་བའི་རྒྱན་ནོ། །  
 ཁྱོད་ཀྱིས་བྱུང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཡང་དག་པ་ཐོབ་པར་བྱས་པ་སྟེ། ཡང་དང་ཡང་དུ་འཕྲོ་  
 བ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ནོ།།

ཡང་ན་དོན་སྣ་ཆོག་པར་མངོན་པར་སྦྱར་བར་བྱའོ། །གང་གི་ཆེ་ཞེ་ན། ད་  
 ལྟར་པན་ཆད་ཞེས་བྱ་བ་སྟོས་ཏེ། སྐྱེ་བ་ཐ་མ་འདི་ལས་སྡོན་ཀྱི་སྐྱེ་བ་དག་ཏུའོ། །དེ་  
 ཅི་སྟེ་བྱ་ཞེ་ན། ཁང་ཁྱིམ་བྱེད་པས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཁང་ཁྱིམ་བྱེད་པ་སྟེ། གནས་སྦྱབ་  
 པར་བྱེད་པའམ་ལུས་སྦྱབ་པར་བྱེད་པའོ། །ཇི་སེམས་ཀྱི་བདག་ཉིད་ཀྱིས་དེ་ལྟར་  
 ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། ཆོལ་བ་ཞེས་སྟོས་ཏེ་སྟེད་པས་བསྐྱལ་ནས་རྗེས་སུ་ཆོལ་བའོ། །  
 གང་ཡིན་ཞེ་ན། ཡང་ཡང་སྐྱེ་བའི་སྦྱག་བསྐྱལ་ཅན། ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། བདག་  
 རྒྱལ་པོ་དང་། དབང་པོ་དང་། ཆོངས་པ་དང་། གཞུགས་བཟང་བ་ལ་སོགས་པ་ཐོབ་  
 པར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་དོན་དུ་གཉེར་བའི་སྦྱག་བསྐྱལ་གྱི་རོ་པོ་སྐྱེ་བ་ལན་དུ་མར་ཆོལ་  
 བ་ཡིན་ནོ།།

ཁང་ཁྱིམ་བྱེད་པ་ཁྱོད་མཐོང་བས།།

ཁྱིམ་གྱི་གདུང་ཆེན་རྣམས་བཙོན་ལ།།

བྱམ་རྣམས་ཐམས་ཅད་བཅག་ནས་སྟ།

ཕྱིན་ཆད་ཁྱིམ་བྱེད་མི་གཞུག་གོ།

སེམས་ནི་འདུ་བྱེད་དང་བྲལ་ནས།

འདི་ཉིད་ལ་ནི་ཐད་བར་འདོད། ༡།

ཁང་ཁྱིམ་བྱེད་པ་ཁྱོད་མཐོང་བས། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་ངས་ཁྱོད་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་ཤེས་  
 བས་རི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་དམིགས་ཏེ། ཕྱིས་ཀྱང་འདི་ལྟར་ངས་ཁྱོད་མཐོང་ཞིང་རྟགས་  
 བས་ཕྱིན་ཆད་ཁྱིམ་བྱེད་དུ་མི་གཞུག་གོ་ཞེས་བྱ་བ་སོ་སོར་མ་བརྟགས་པའི་འགོག་  
 བས་ཡང་སྐྱེ་བ་སྤངས་པ་ཡིན་ཏེ། ཡང་ལུས་ཀྱི་ཁང་ཁྱིམ་བྱེད་དུ་མི་གཞུག་བཤོ། །  
 ཅིའི་རྒྱས་ཁྱིམ་ཕྱིན་ཆད་བྱེད་དུ་མི་གཞུག་ཅེ་ན། དེ་སྐྱེད་བར་བྱེད་པའི་རྒྱའི་བྱེད་པ་  
 མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ཉིད་སྤྲས་པ། བྱམ་རྣམས་ཐམས་ཅད་བཅག་ནས་སྟ། །ཞེས་  
 བྱ་བ་སྤྲོས་ཏེ། དཔེར་ན་འགའ་ཞིག་ཁྱིམ་བྱེད་བར་འདོད་པའི་ཤིང་ལ་སོགས་པ་སྟེ་  
 བྱམ་དང་ཅིག་པ་ལ་སོགས་པ་བཤེགས་སྟེ་བྱེད་དུ་མི་གཞུག་པ་དེ་བཞིན་དུ་བདག་  
 གིས་སེམས་ཀྱི་རོ་བོའི་ཁྱིམ་བྱེད་བར་འདོད་པའི་ལས་ཀྱི་བྱམ་རྣམས་དང་ཉོན་  
 མོངས་པའི་སོ་ཐག་གི་ཕྱང་པོ་མི་བྱེད་ཅིང་བདག་གིས་ཀྱང་བྱམ་ཐམས་ཅད་བཅག་  
 ནས་ཡང་སྲིད་པའི་འབྲས་བུའི་ལས་སྤངས་པའོ། །ཁྱིམ་གྱི་གདུང་ཆེན་རྣམ་བཅོས་  
 ལ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྣམ་པ་བྱས་པ་རྒྱད་པ་སྟེ། ཉོན་མོངས་པ་ཐམས་ཅད་སྤངས་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །གཞན་དག་ནི་སྲིད་པ་ལ་སོགས་པའི་ཉོན་མོངས་པ་ནི་བྱམ་ཡིན་ལ། མ་  
 དེག་པ་ལ་སོགས་པ་ནི་ཁྱིམ་གྱི་གདུང་ཆེན་པོ་ཡིན་ཞོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །འདུ་བྱེད་དང་  
 བྲལ་ནས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདིར་འདུ་བྱེད་ཀྱི་རྣམ་པ་དང་བྲལ་བ་སྟེ། ཐར་པ་སྤྱང་ན་  
 ལས་འདས་པ་ལ་གཞོལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་ཉིད་ལ་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྐྱེ་བཤོ། །ཟག་



བར་འདྲ་ཅེས་བྱ་བ་ནི་འཕྲོ་བར་ཡོངས་སུ་འཁོར་བའི་ཐ་མ་སྐྱབ་བར་འདྲ་བ་  
ཡིན་ནོ། །མཁས་བ་ཉིད་ཀྱི་སེམས་དུལ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བསྟན་བའི་བྱིར། སེམས་  
ནི་གཡོ་ཞིང་འགྲུལ་བ་སྟེ། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་བ་སྟོས་ཏེ།

སེམས་ནི་གཡོ་ཞིང་བརྟན་བ་སྟེ།

རིང་དུ་འཕྲོ་ཞིང་བརྟོག་དཀའ་བ།

མདའ་མཁན་མེ་ཡིས་སྤང་བ་ལྟར།

ཡིད་གཞུངས་བ་ཡིས་བསྐང་བར་བྱ།

འདྲ་བ་ལ་སོགས་བའི་རྣམ་པར་རྟོག་པས་སེམས་གཡེན་སྤྱོད་བས་བརྟམས་སོ། །  
གཡོ་བ་ནི་ལན་དུ་མར་གཡོ་བར་བྱེད་བ་ན་གཞན་དག་སྐྱེད་བའི་བྱིར་རོ། །ཡང་ན་  
གཡོ་བར་བྱེད་བ་ཡིན་པས་གཡོ་བ་སྟེ། ལས་སྐྱེད་བའི་བྱིར་རོ། །འགྲུལ་བ་ཞེས་བྱ་  
བ་ནི་གནས་སྐབས་གཅིག་ཏུ་མི་གནས་བའི་བྱིར་ཏེ། སྤྱུ་བཞིན་དུ་རྟག་ཏུ་གཡེང་  
བ་ཉིད་དོ། །སེམས་ནི་ཡིད་དོ། །རིང་དུ་འཕྲོ་བ་ནི་བསྐངས་དཀའ་བ་སྟེ། དགེ་བའི་  
བྱ་བ་དག་ལ་དཀའ་བས་འཇུག་བའི་བྱིར་རོ། །བརྟོག་དཀའ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ལམ་  
མོག་བ་ལ་དཀའ་བས་བརྟོག་བའི་བྱིར་རོ། །ཡང་ན་འདི་ལ་གཡོ་བ་ལ་སོགས་བ་  
གསུམ་གྱིས་ཞེ་སྤང་དང་འདྲ་ཆགས་དང་གཉི་སྤྱག་གསུམ་དང་མཚུངས་པར་ལྟན་  
བ་སྟེ། གོ་རིམས་བཞིན་དུ་འདིས་ལྷལ་དག་ལ་འཇུག་བ་ལས་བརྟོག་པར་མི་རུས་  
པར་བསྟན་ཏོ། །བསྐང་བར་བྱ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བྱང་བ་དང་ཡོ་བ་མེད་བའི་སེམས་  
སུ་བསྐྱབ་བར་བྱོ། །འོ་ན་དངོས་པོའི་རང་གི་རང་བཞིན་དེ་ནི་རྟག་ཏུ་དེའི་ངོ་བོ་  
ཉིད་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་མེ་ཆ་བའི་མཆན་ཉིད་བཞིན་ན་རི་ལྟར་ཡོད་བའི་སེམས་དེ་  
བསྐང་བར་རུས་ཤེ་ན། མདའ་མཁན་མེ་ཡིས་སྤང་བ་ལྟར། །ཞེས་བྱ་བ་སྟོས་ཏེ།

མདའ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ལྷག་མཛོ། །དཔེར་ན་མདའ་མཁན་གྱིས་ཡོ་བ་ཡིན་ན་ཡང་མེད་  
བྱེད་པས་མདའ་བྱང་པོར་བྱེད་པ་དེ་བཞིན་དུ། རང་གི་སེམས་ཀྱང་ལམ་བསྐོས་ས་  
པའི་ཤེས་རབ་གྱིས་སོ། །སེམས་དུལ་བའི་ཕན་ཡོན་སྤྲུལ་བ། གང་ཞིག་ལུས་མེད་  
ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའོ།།

གང་ཞིག་ལུས་མེད་སྤྲུལ་ན་གནས།།

གཅིག་ཕྱ་རྒྱ་ཞིང་རིང་འཕྲོ་བའི།།

སེམས་དེ་འདུལ་བར་བྱེད་བའི།།

འཇིགས་བ་ཆེ་ལས་ཐར་བར་འགྱུར།༥།

ལུལ་ཞིག་གི་དགོན་པའི་གནས་ན་མིག་བཟངས་ཞེས་བྱ་བའི་གནོད་སྤྱིན་རྩ་ལྟུང་ལ་  
ཆེ་བ་ཞིག་གནས་ཏེ། དེས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཤིང་ཞིག་གི་ཅན་བཞུགས་པ་མཛོང་  
སྟེ་གན་དུ་ལྷགས་ནས། མངོན་བར་མཆོད་དེ་ཐལ་མོ་སྦྱར་ནས་གསོལ་བ། གཅིག་ཕྱ་  
རྒྱ་ཞིང་རིང་དུ་འཕྲོ། །ལུས་མེད་སྤྲུལ་ན་གནས་བྱེད་པ། །གང་དག་བདུལ་བར་གྱུར་  
ན་ནི། །འཇིགས་བ་ཆེ་ལས་ཐར་འགྱུར་བ། །ཞེས་བ་དང་། དེས་ན་འདི་གསུངས་  
སོ། །རིང་དུ་འཕྲོ་བར་བྱེད་བ་ཡིན་པས་རིང་དུ་འཕྲོ་བ་སྟེ། སེམས་འདི་འཕྲོ་ཞིང་  
འཇུག་བ་ཡིན་ཏེ་རིང་དུ་འཕྲོ་བ་དེ་ནི་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པས་བསྟན་ཏོ།།  
འཇུག་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཐམས་ཅད་ནི། །རིང་དུ་འཕྲོ་བ་མེད་པའི་བྱིར་རོ། །དེ་  
ཉིད་ཀྱང་རྣམ་པ་གསུམ་དུ་བརྟག་པའི་བྱིར་རོ་དངོས་པོ་མཐའ་དག་གི་སྟོད་ལུལ་  
བ་དེས་རིང་དུ་འཕྲོ་བ་ཡིན་ནོ། །གཅིག་ཕྱ་རྒྱ་བ་ནི་གཅིག་ཕྱ་ཉིད་རྒྱ་བར་བྱེད་པ་  
སྟེ། ཅིག་ཅར་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གཉིས་འབྱུང་བ་མེད་ཅིང་། སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་  
སེམས་ཀྱི་རྒྱུད་ནི་རེ་རེ་འབྱུང་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ལུང་ལས་འབྱུང་བའི་བྱིར་རོ། །ལུས་  
མེད་པ་ནི་གཞུགས་མེད་པའོ། །སྤྲུལ་ན་གནས་པ་ནི་མིང་དང་གཞུགས་ལ་བརྟེན་

བའི་ཕྱིར་རོ། །གང་ཡང་གནས་གཅིག་པ་དེ་ནི་རྟོགས་པར་སྒྲ་བ་ཡིན་གྱི་གནས་  
 ཏུ་མ་བ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །སྤྱག་གི་གནས་དང་གཞི་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་དེ་ཉིད་དོ། །དེ་  
 བཞིན་ཏུ་གཞན་དང་འགྲོ་བ་ནི་འབྲམ་ལ་གདུལ་བར་རུས་ཀྱི་གང་འབྲུན་བའི་  
 བདག་ཉིད་དེ་ནི་འབྲམ་གདུལ་བར་མི་རུས་སོ། །གང་ཡང་གྲོང་གི་ནང་ན་འདུག་  
 བ་གསལ་བ་ནི་གཟུང་བར་རུས་ལ། རྒྱལ་ཆང་ཆིང་དང་སྤྱག་ན་གནས་པ་ནི་མ་  
 ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་ཏུ་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་བསྟན་བའི་ཚུལ་གྱིས་ནི་གདུལ་བར་  
 རུས་པ་ཉིད་ཏུ་བསྟན་བའི་ཕྱིར། གང་དེ་ལྟ་བུའི་ཚུལ་གྱིས་སེམས་དུལ་བར་བྱེད་པ་  
 ནི་དུལ་བར་འགྱུར་རོ། །ཐར་བར་འགྱུར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེས་པར་ཁྲོལ་བར་འགྱུར་  
 བའོ། །འཇིགས་པ་ཆེ་ལས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གང་ཏུ་འཇིགས་པ་ཆེན་པོ་ལས་ཏེ་འཁོར་  
 བ་ལས་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ཏོ། །སེམས་མ་དུལ་བའི་སྟོན་བསྟན་པ། ལོག་བའི་སྟོན་  
 ལམ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་སོ། །

ལོག་བའི་སྟོན་ལྟན་སེམས་གང་གིས།

བདག་ཉིད་སྤྱག་བསྟན་བྱེད་འགྱུར་བའི།

དེ་ལྟར་འཁོན་གྱིས་འཁོན་ཅན་དང་།

དབྱ་པོས་དབྱ་ལའང་བྱེད་མི་འགྱུར། ༡༠།

རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ན་ནད་པ་ཞིག་ལ་སྟན་པ་གསོ་བ་བྱེད་དོ། །ཅི་ཅམ་ན་དེའི་རྩང་མ་  
 གཞོན་རུ་མ་ཞིག་ཐངས་པ་དེ་སྒོས་ཏེ་སོང་རོ། །ནད་པས་གཏམ་དེ་སྐོས་ནས་  
 ལངས་ཏེ་གིན་ཏུ་མཁྱེགས་པར་བརྟུགས་ནས་སྟན་པ་དེ་བདག་གིས་མ་འཆལ་  
 ལམ་ཞེས་བྱས་ནས་རྒྱལ་པོ་ལ་ཕུལ་ལོ། །གནས་སྐྱབས་འདི་ལས་ཆོགས་སུ་  
 བཅད་པ་གཉིས་གསུངས་སོ། །གཞན་དག་ནི་ཡུལ་ཡངས་པ་ཅན་གྱི་མི་རྩི་ལྟ་བུ་རྣམས་  
 ཀྱིས་རིན་པོ་ཆེའི་ལྷང་བཟེད་བྱན་སུམ་ཆོགས་པ་དེ་ལ་རིན་པོ་ཆེ་ལ་སོགས་པས་

ཁ་བརྒྱན་པ་བྱས་ཏེ། ཨ་ཀ་རུ་ལ་སོགས་པའི་བྱེ་མ་བྱི་ཞེས་སོ་རྣམས་ཀྱིས་བཀང་  
ནས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ལ་བྱལ་བ་དང་། བཅོམ་ལྷན་འདས་ནི་ལེན་པ་མི་མཛད་དེ།  
སངས་རྒྱས་ནི་རིན་པོ་ཆེའི་ལྷང་བཟེད་དུ་མི་བཞེས་སོ་ཞེས་བ་དང་། དེས་གཞན་  
གཅེར་བྱ་བ་དག་ལ་བྱིན་བ་དང་། ཅི་འདི་གཞན་ལ་སྤར་བྱིན་ནམ་ཞེས་བ་དང་། །དེ་  
དག་གིས་རི་ལྷ་བ་བཞིན་དུ་སྤྲས་སོ།།

རི་ལྷ་ར་ལ་སྤྲ་བར་བྱིན་ཏེ་དེ་ཉིད་བཀང་ན་ནི་སྒང་བར་བྱའི་གཞན་དུ་ནི་  
མ་ཡིན་ཞོ་ཞེས་བ་དང་། ལྷོ་སྤྱི་དག་ཁོས་ཏེ་དེ་ལ་མ་དད་པར་གྱུར་པ་ལས་དེས་  
ན་འདིའོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །ཞེ་འགྲས་པའི་རང་ཚུལ་ནི་འདིར་དགའོ། །ཡང་ན་གང་ལ་  
ཞེ་སྤང་ཡོད་པ་ནི་མི་མཐུན་པ་སྟེ། དག་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་རྟོ། །དག་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
རྣམ་པར་སྤང་བའི་པས་ཀྱི་དག་སྟེ། ཕྱིར་ཚོ་ལ་བའི་དག་ལ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་རྟོ། །  
དེ་ལྟར་བྱེད་མི་འགྱུར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེ་ལྟ་བུའི་སྤྱག་བསྐལ་མི་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
མངོན་སུམ་དུ་གཞོད་པ་བྱེད་པ་བསྟན་ནས་བརྒྱད་པས་གཞོད་པ་བྱེད་པ་སྟེ། བ་  
དང་མ་ལ་སོགས་པ་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་པ་ཚོས་པའི་དབང་གིས་ཏེ་བཤད་པ། ཁོན་  
ཀྱིས་ཁོན་ཅན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའོ། །ལོག་པའི་སྟོན་ལམ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཚུལ་  
བཞིན་མ་ཡིན་པ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དང་མཚུངས་པར་ལྷན་པ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་རྟོ། །  
གང་གིས་བདག་ཉིད་སྤྱག་བསྐལ་བྱེད་འགྱུར་བ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་གང་བདག་ཉིད་  
ཀྱི་སྤྱག་བསྐལ་སྟེད་པའོ། །དག་པོས་ནི་འདི་ཙམ་ཞིག་བྱེད་པར་འགྱུར་ཏེ། འདི་  
ལྟ་སྟེ། ཁོངས་སྟོད་ལས་ཉམས་པར་བྱེད་པའམ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཐམས་ཅད་དུ་སྤྱག་  
ཙམ་ཞིག་འཕྲོག་པར་ཟད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་མདོ་ལས་གསུངས་སོ། །མ་  
དུལ་བའི་སེམས་ཀྱིས་ནི་རན་སོང་དག་ཏུ་ཡང་ལྷང་བར་བྱེད་དོ། །དེས་ན་འདི་ལྟར་

འདི་ལ་ནི་འཛིགས་པ་ཆེན་པོར་བྱའི་དབང་ལ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །སེམས་དུལ་བའི་བན་  
ཡོན་བསྟན་པའི་བྱིར། ཡང་དག་སྟོན་ལམ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའོ།།

ཡང་དག་སྟོན་ལྟན་སེམས་ལྟན་གང་གིས།།

བདག་ཉིད་བདེ་བར་བྱེད་འགྱུར་བ།།

དེ་ལྟར་པ་དང་མ་དག་དང་།།

གཉེན་གཞན་གྱིས་ཀྱང་བྱེད་མི་འགྱུར།༡༡།

པ་དང་མ་ལ་སོགས་པས་ཀྱང་དེ་ལྟར་བདེ་བར་བྱེད་བར་མི་རུས་ལ། དེ་ལས་  
གཞན་པ་ཞང་པོ་ལ་སོགས་པའི་ཉེ་དུས་ཀྱང་མི་རུས་སོ། །གང་ཡང་དག་པར་  
སེམས་དུལ་བས་ནི་བདག་ཉིད་བདེ་བ་ཡིན་ཉེ་སྟེད་པ་ཟད་པས་བདག་ཉིད་བདེ་བ་  
ལུན་སྲུང་ཆོགས་པར་བྱེད་དོ། །སེམས་ལེགས་པར་མ་བསྟོམས་པས་ལུས་ལ་ཉེ་  
བར་གཞོད་པའི་སྟོན་བསྟན་ནས། ཡིད་ཀྱི་སྟོན་གཞན་ཡང་བསྟན་པའི་བྱིར། ཇི་  
ལྟར་ཁང་སྟེང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་སོ།།

ཇི་ལྟར་ཁང་སྟེང་གཡོགས་ཉེས་ན།།

ཆར་བ་ཡོངས་སུ་འཇག་པ་ལྟར།།

དེ་བཞིན་སེམས་ནི་མ་བསྟོམས་བ།།

འདོད་ཆགས་རྣམས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བཅོམ།༡༢།

ཇི་ལྟར་ཁང་སྟེང་གཡོགས་ལེགས་ན།།

ཆར་བ་རྣམ་པར་མི་འཇག་བ།།

དེ་བཞིན་ལེགས་པར་བསྟོམས་པའི་སེམས།།

འདོད་ཆགས་རྣམས་ཀྱིས་ཡོང་མི་ཆོམས།༡༣།

རི་ལྷར་ཁང་ལྷེད་གཡོགས་ཅེས་ན།  
 ཆར་བ་ཡོངས་སུ་འཇག་བ་ལྷར།  
 དེ་བཞིན་སེམས་ནི་མ་བསྐྱོམས་བ།  
 ཞེ་སྤང་རྣམས་ཀྱི་ཡོངས་སུ་བཅོམ། ༡༤།

རི་ལྷར་ཁང་ལྷེད་གཡོགས་ལེགས་ན།  
 ཆར་བ་རྣམ་བར་མི་འཇག་བ།  
 དེ་བཞིན་ལེགས་བར་བསྐྱོམས་བའི་སེམས།  
 ཞེ་སྤང་རྣམས་ཀྱིས་ཡོང་མི་ཆོས་ཀྱི་ ༡༥།

རི་ལྷར་ཁང་ལྷེད་གཡོགས་ཅེས་ན།  
 ཆར་བ་ཡོངས་སུ་འཇག་བ་ལྷར།  
 དེ་བཞིན་སེམས་ནི་མ་བསྐྱོམས་བ།  
 གཉི་མུག་རྣམས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བཅོམ། ༡༦།

རི་ལྷར་ཁང་ལྷེད་གཡོགས་ལེགས་ན།  
 ཆར་བ་རྣམ་བར་མི་འཇག་བ།  
 དེ་བཞིན་ལེགས་བར་བསྐྱོམས་བའི་སེམས།  
 གཉི་མུག་རྣམས་ཀྱིས་ཡོང་མི་ཆོས་ཀྱི་ ༡༧།

རི་ལྷར་ཁང་ལྷེང་གཡོགས་ཅེས་ན།  
ཆར་བ་ཡོངས་སུ་འཇག་བ་ལྷར།  
དེ་བཞིན་སེམས་ནི་མ་བསྒྲུམས་བ།  
ང་རྒྱལ་རྣམས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བཅོམ། ༡༩།

རི་ལྷར་ཁང་ལྷེང་གཡོགས་ལེགས་ན།  
ཆར་བ་རྣམ་པར་མི་འཇག་བ།  
དེ་བཞིན་ལེགས་པར་བསྒྲུམས་པའི་སེམས།  
ང་རྒྱལ་རྣམས་ཀྱིས་ཡོང་མི་ཚམས། ༡༩།

རི་ལྷར་ཁང་ལྷེང་གཡོགས་ཅེས་ན།  
ཆར་བ་ཡོངས་སུ་འཇག་བ་ལྷར།  
དེ་བཞིན་སེམས་ནི་མ་བསྒྲུམས་བ།  
ཆགས་བ་རྣམས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བཅོམ། ༢༠།

རི་ལྷར་ཁང་ལྷེང་གཡོགས་ལེགས་ན།  
ཆར་བ་རྣམ་པར་མི་འཇག་བ།  
དེ་བཞིན་ལེགས་པར་བསྒྲུམས་པའི་སེམས།  
ཆགས་བ་རྣམས་ཀྱིས་ཡོང་མི་ཚམས། ༢༡།

རི་ལྟར་ཁང་མྱེང་གཡོགས་ཉེས་ན།  
 ཆར་བ་ཡོངས་སུ་འཛག་བ་ལྟར།  
 དེ་བཞིན་སེམས་ནི་མ་བསྐྱོམས་བ།  
 མྱེད་བ་རྣམས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བཙམ། ༥༥།

རི་ལྟར་ཁང་མྱེང་གཡོགས་ལེགས་ན།  
 ཆར་བ་རྣམ་བར་མི་འཛག་བ།  
 དེ་བཞིན་ལེགས་བར་བསྐྱོམ་བའི་སེམས།  
 མྱེད་བ་རྣམས་ཀྱིས་ཡོངས་མི་ཆོམས། ༥༦།

མཉན་ཡོད་ན་ཆོང་དཔོན་ཞིག་ལ་བྱ་གཉིས་ཡོད་དེ་ནག་པོ་དང་། གཙུག་ཕྱད་ནག་  
 པོ་ཞེས་བྱ་བའོ། །ཆེ་དང་ལྡན་བ་ཀུན་དགའ་པོས་དེ་གཉིས་རབ་རྒྱ་ལྡང་རོ། །དེ་  
 ལ་ནག་པོ་ནི་རྒྱུན་གྱི་སྟོབས་ཅན་ཡིན་པས་སྤྱ་གེ་ལ་སོགས་པས་སྤྱག་བལྟས་བའི་  
 དུལ་དག་མཐོང་ནས་ཉམས་པར་གྱུར་རྟོ། །གཙུག་ཕྱད་ནག་པོ་ནི་རྒྱའི་སྟོབས་  
 ཅན་ཡིན་པས་དག་བཙམ་པར་གྱུར་རྟོ། །དེས་ན་ཆོགས་སུ་བཙད་བ་བཙུ་གཉིས་  
 གསུངས་ཏེ། ནག་པོ་དང་གཞན་ཡང་མང་པོ་དག་ཁྱད་པར་ཐོབ་པར་གྱུར་རྟོ། །རི་  
 ལྟར་ཁང་མྱེང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རི་ལྟར་བྱིས་རྒྱུང་ལ་སོགས་པས་འདིར་གཞོད་པར་  
 གྱུར་རྟོ། །གཡོགས་ཉེས་ན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཡོགས་མ་རྒྱུང་ཞིང་བར་མཆོམས་ཡོད་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །ཆར་བ་ནི་སྤྱིན་ལས་བྱུང་བའི་རྒྱུན་རྒྱུ་ལོ།



ཡོངས་སུ་འཛག་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི། གཡོགས་མ་ཐམས་ཅད་ལས་འདས་ཤིང་  
 འཕྱིགས་བ་དང་། བྱག་དོལ་དུ་གྱུར་བས་རབ་དུ་འཇུག་པའོ། །དེ་བཞིན་སེམས་  
 ནི་མ་བསྐྱོམས་པ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་མི་གཙང་བ་ལ་སོགས་པའི་ལམ་ལ་གནས་པའི་  
 བྱིར་དང་དེ་བཞིན་དུ་མ་དུལ་བའོ། །འདོད་ཆགས་རྣམས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བཅོམ། །  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྗེས་སུ་ཆགས་པའི་ཀུན་དུ་སྦྱོར་བས་སེམས་ཟླེས་གོན་ཅིང་  
 དམིགས་པའོ། །གཡོགས་ལེགས་ན་ལས་བྱ་བ་ནི་མཐུན་ཅིང་བར་མཆོམས་མེད་  
 པར་གཡོགས་པའོ། །འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པས་ཀྱང་དེའི་རྒྱད་དང་སེམས་ལ་  
 འཁོར་བའི་སྐྱག་བསྐྱེད་མེད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་དེ་བསྟན་ཏོ། །རྗེས་སུ་ཆགས་པའི་ཀུན་  
 དུ་སྦྱོར་བ་བསྟན་པ་ཡང་ཀུན་འབྱུང་གི་བདེན་པས་གཙོ་བོ་ཡིན་པའི་བྱིར། མཉམ་  
 པར་བཞག་བ་དང་མཉམ་པར་མ་གཞག་པའི་ས་པའི་དབྱེ་བས་རྣམ་པ་གཉིས་སུ་  
 བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ་ལྷག་མ་ནི་རྟོགས་པར་སྤོ། །དུལ་བ་དང་མ་དུལ་བ་གཉིས་ཀྱིས་ནི་  
 གང་ཅུད་ཟད་དགོ་བ་དང་མི་དགོ་བ་བྱེད་པ་དེ་ཐམས་ཅད་ངེས་པར་འདོད་པ་དང་  
 མི་འདོད་པའི་འབྲས་བྱར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བསྟན་པ། ཆོས་ཀྱི་སྡོན་དུ་ཡིད་འགྲོ་སྟེ། །  
 ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་སོ།

ཆོས་ཀྱི་སྡོན་དུ་ཡིད་འགྲོ་སྟེ།

ཡིད་མཐུགས་ཡིད་ནི་གཙོ་བོ་ཡིན།

གལ་ཏེ་ཡིད་རབ་གདུག་པ་ཡིས།

སྐྱས་སམ་ཡང་ན་བྱས་ཀྱང་བྱང་།

དེ་ཡིས་དེ་ནི་སྐྱག་བསྐྱེད་འཛོལ།

འཁོར་ལོས་མགོ་བོ་བཅད་བ་བཞིན། ༡༧



དཔོན་ཆེན་པོ་ཞིག་གི་བྱ་དུས་ལས་འདས་སོ། །དེས་བསོད་ནམས་ཆེ་བར་གྲགས་  
བའི་སེམས་ཅན་ཞིག་ཆོང་དཔོན་དུ་དབང་བསྐྱར་བར་བྱའོ་ཞེས་འབད་པས་མཉན་  
ཡོད་ཀྱི་བྱིས་བདག་ལ་སོགས་པ་ལས་རྗེས་སུ་བཅའ་བ་ལས་རྒྱལ་རིགས་ཀྱི་བྱེའུ་  
ཤིང་ཞིག་གི་དུང་ན་ཉལ་བ་མཐོང་སྟེ། ཤིང་གཞན་ཞིག་གི་གྲིབ་མ་ནི་ཤིང་ཕྱོགས་  
སུ་གཞོལ་ལ། ཤིང་དེའི་གྲིབ་མ་ནི་དེའི་ལུས་ཡོངས་སུ་མི་འདོར་བ་མཐོང་ནས་དེ་  
དག་གིས་དེ་བསྐྱངས་ཏེ་ཆོང་དཔོན་དུ་དབང་བསྐྱར་བ་ལས་དེ་ལས་བརྩམས་སོ་  
ཞེས་ཟེར་རོ། །སྡོན་དུ་ཡིད་འགྲོ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ལ། སྡོན་དུ་འགྲོ་བ་ནི་སྡོན་དུ་འབྲེན་  
བའི་གཙོ་བོ་གང་ཡིན་བ་སྟེ། ཚཱས་རྣམས་ཀྱི་དགེ་བ་དང་མི་དགེ་བ་བསྐྱོན་པ་དེ་  
ཉིད་ཀྱིས་སོ། །

ལྷན་ཅིག་དུ་འབྱུང་བར་གྱུར་བའི་ཕྱིར་ཆོར་བ་ལ་སོགས་པ་ཡང་སྡོན་དུ་འགྲོ་  
བ་ཞེས་བརྗོད་པར་བྱའོ་ཞེ་ན། བཤད་བ། ཡིད་ནི་གཙོ་བོ་ཞེས་སྟོས་ཏེ་འདི་ནི་ཡིད་  
ཉིད་ཀྱི་གཙོ་བོ་ལ་བརྟེན་ནས་སོ། །གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་ཡང་སེམས་པས་བསམས་ནས་  
བྱས་པས་འཁོར་གྱིས་བྱས་པ་བཞིན་དུ་རྒྱལ་པོ་སེམས་པས་བྱས་ཤིང་ཡིད་ཀྱིས་  
སྟོད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། བཤད་བ། ཡིད་མགྲོགས་ཞེས་སྟོས་པས་ཡིད་ནི་མགྲོགས་  
པར་འགྲོ་བ་སྟེ་འདི་དག་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ལས་ཀྱི་འབྲས་བྱ་འཛིན་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་  
བྱ་བ་ལ་སོགས་པར་སྐྱར་རོ། །ཁོང་ཁོ་དང་ལྷན་བའི་ཡིད་ཀྱིས་གལ་ཏེ་སྟོས་པ་འཇམ་  
བྱེད་པ་ཞེས་སྟོས་ཏེ་སྟོ་བ་དང་བྱེད་པ་དེ་ནི་ཆེག་ངན་པ་སྟོ་བ་དང་ཉེས་པར་སྟོད་  
བའི་གང་ཟག་གོ། ལྷག་བསྐལ་འཛོལ་ཅེས་བྱ་བ་ནི་ཡིད་ཀྱི་གདུང་བ་དྲག་པོའི་གནོད་  
པ་རྗེས་སུ་འཛོལ་བའོ། །རི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། འཁོར་ལོས་མགོ་པོ་བཅད་པ་བཞིན། །  
ཞེས་སྟོས་ཏེ། དཔེར་ན་ཤིང་རྩའི་འཁོར་ལོ་རྒྱབ་མོ་རྗེས་སུ་རྒྱ་བས་བྲམ་ཟེའི་བྱེའུ་  
བཞིན་ནོ། །རི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། བཅད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ཡང་ཆོག་གིས་མཆོན་ཆ་རྣམ་པར་འབྲེལ་བའམ་ཆོག་རྩལ་པོ་སྤྲུམ་བ་སྟེ་  
 དག་གིས་ཉེས་པར་སྟོང་བས་བཅོམ་པ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་རྟོ། །གྲིབ་མ་བཞིན་ཞེས་  
 བྱ་བ་ནི་དཔེར་ན་མིང་གི་གྲིབ་མ་རྒྱལ་རིགས་ཀྱི་སྤྱི་འཇུག་ལྟ་བུ་དང་འབྲེལ་བ་དེ་བཞིན་  
 དུ་རྗེས་སུ་འབྲང་བ་ནི་རྗེས་སུ་འཁྲོ་བའོ། །ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཅ་བ་  
 ནི་ལེགས་པར་བཤད་པ་ཡིན་ལ། མ་དུལ་བའི་སེམས་ཀྱིས་ནི་ཐོས་པར་མི་རུས་སོ་  
 ཞེས་བསྟན་པའི་ཕྱིར་ཆོད་པ་ཆེད་ཆེར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་སོ། །

བཅད་པ་ཆེད་ཆེར་འཛིན་བ་དང་།

སེམས་ནི་ཉོན་མོངས་གླུར་བ་ཡིས།

སྤྲུགས་སྤྲུགས་ཆོལ་བར་བྱེད་བ་ཡིས།

ལེགས་བཤད་ལེགས་པར་མི་ཤེས་སོ། ༡༦།

མཉན་ཡོད་ན་བྱམ་ཟེ་པི་བྲ་ལི་ཀ་སྤྱ་རི་ཞེས་བྱ་བ་བྱམ་ཟེ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྲུམ་བ་  
 ལས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་བྱེད་དེ། དེ་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་ཐད་དུ་སྤྲུགས་ནས་ཀྱེ་གོ་  
 ཉ་མ་བདག་ལ་ཆོས་ཤོད་ཅིག་དང་བདག་གིས་མཉན་པར་བསྐྱོད་ཞེས་གསལ་བ་  
 ལས། དེ་ནས་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་གསུམ་གསུངས་ཏེ། དེ་ཐོས་བས་མངོན་པར་  
 དད་དེ་རབ་ཏུ་བྱུང་ནས་དབྱེ་བཅོམ་པར་གྱུར་ཏི་ཞེས། །གཞན་དག་ནི་ཅ་རྩ་ཤི་ཞེས་  
 བྱ་བ་མ་སྤྲུམ་དགའི་སྟོན་པོ་བསོད་ཅིང་རབ་ཏུ་གསོད་པ་ལ་འཇུག་པ་སྟོང་རྗེ་མེད་  
 པ་ཞིག་ཡོད་དོ། །རི་ཅམ་ན་དེ་ལྷ་སྤྱིན་གྱིས་དོན་དུ་གཉེར་ཏེ་ཤུག་ལུབ་པ་ཐོག་དང་  
 ལལ་བར་རུས་ན་ཁྲོད་ལ་ཁྲོང་སུམ་བརྒྱ་སྤྱིན་པར་བྱའོ་ཞེས་སྤྲུམ་བ་དང་། དེས་  
 གྲང་དེ་ལྟར་མཉན་རྟོ། །

དེ་ནས་དེ་གོ་བགོས་ཏེ་མཆོན་རྟོན་པོ་སྤྲངས་ནས་བྱ་གོད་ཕྱང་པོའི་རི་ལ་  
 འཇེགས་པ་ལས་རི་ཅམ་ན་འཁོར་དུ་མའི་ནང་དུ་བཅོམ་ལྡན་འདས་ལ་ཆོས་སྟོན་

ཅིག་ཅེས་གསོལ་བ་དང་། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཅང་མི་གསུང་བར་བཞུགས་སོ། །  
ལན་གཉིས་ལན་གསུམ་གྱི་བར་དུ་གསོལ་བ་དང་། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་བཀའ་  
སྩལ་བ། དད་བ་མེད་བ་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་གསུངས་སོ། །དེ་བཅོམ་ལྡན་  
འདས་ཀྱི་གསུང་ཡན་ལག་ལྷ་དང་ལྡན་པ་ཐོས་བ་དང་གཞུགས་ཕུན་སུམ་ཆོགས་  
བ་མཐོང་ནས་མདོན་བར་དད་དེ། མཆོན་དང་གོ་ཆ་རྣམས་ཐོར་ནས་རབ་ཏུ་བྱུང་  
ནས་དག་བཅོམ་བའི་འབྲས་བུ་ཐོབ་སྟེ། དེ་གདུལ་བ་ལས་བརྩམས་སོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །  
གཞན་གྱི་ཆོག་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་བྱེད་པ་ནི་བཅད་པ་ལོ། །

དེ་ཉིད་ཆད་ཆར་འཛིན་ཅིང་སྦྱང་པོར་བྱེད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་མཆོག་ཏུ་བྱེད་  
པ་ལོ། གང་ཟག་དེས་ནི་ལེགས་བཤད་ལེགས་བར་མི་ཤེས་ཏེ་སྒྲགས་ཆོལ་བ་ལ་  
འཇུག་པའི་སྒོ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡང་ན་བཅད་པ་ནི་དག་སྟེ་མཆོག་དང་གཅི་ཐོར་  
བྱེད་པའི་དག་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་རྟོ། །ཇི་ལྟ་བུའི་སེམས་ཀྱིས་ལེགས་བར་མི་ཤེས་ཤི་  
ན། སེམས་ནི་ཉོན་མོངས་གྱུར་པའི་ཞེས་བྱ་བ་སྒྲོས་ཏེ། ཉོན་མོངས་བ་དང་ཉེ་བའི་  
ཉོན་མོངས་བས་ཡིད་བསྐྱད་པ་སྟེ་ཉོན་མོངས་བ་དང་ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་བའི་དབང་དུ་  
འགྲོ་ཞིང་མ་དུལ་བ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་རྟོ། །དེའི་རྟགས་སྒྲས་པ། གྲགས་སྒྲབས་ཆོལ་  
བར་བྱེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། གཞན་གྱི་སྦྱོན་གྱིས་སྒྲགས་གསལ་བར་བྱེད་ཅིང་ཆོལ་  
བའི་རང་རྩལ་གྱི་སེམས་འདི་ལ་ཡོད་པ་ལོ། །འདིས་ནི་སེམས་ཉོན་མོངས་བར་རྗེས་  
སུ་དཔག་པ་ཡིན་ལོ། །ཅི་དེ་ཉོན་མོངས་བ་དང་ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་བས་ཉོན་མོངས་  
བར་གྱུར་པའི་སེམས་དེ་གང་ཡིན་ཞེ་ན། དད་བ་མེད་པའི་ཞེས་སྒྲོས་ཏེ།

སྤང་བའམ་ཡང་ན་འཇུག་བའམ།

དད་བ་མེད་པའི་སེམས་དག་གིས།

**རྫོགས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་བཡི།**

**དམ་ཆོས་ཀྱན་ཤེས་མི་རུས་སོ། ༡༧།**

མ་དད་པས་ཡོངས་སུ་བརྒྱུད་བས་སོ། །སྤང་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཞེ་སྤང་དང་མཚུངས་  
 བར་ལྡན་པའོ། །འབྲུག་པ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེ་ལས་གཞན་པའི་སྤྱ་རྒྱས་རྣམ་པར་  
 འབྲུག་པ་བར་བྱེད་པས་གཡེང་བ་རྣམ་པ་སྤྱ་རྫོགས་དང་ལྡན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡང་  
 བ་དམ་པའི་ཆོས་ལ་གྲུས་བ་མ་བསྐྱེད་པས་སོ། །དམ་ཆོས་ཀྱན་ཤེས་མི་རུས་སོ། །  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཆོས་བསྟན་བཤེས་པར་མི་རུས་པའོ། །དམ་པའི་ཆོས་དེ་རྩི་ལྟ་བུ་  
 ཞེ་ན། རྫོགས་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་བསྟན་བཡིན། ཞེས་བྱ་བ་སྒྲོས་ཏེ། དེ་བཞིན་  
 གཤེགས་པས་གསུངས་པའོ། །ཁྲི་བ་རྣམ་པར་བརྟལ་བ་དང་། ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཉན་  
 པ་པོས་སྒྲག་དོག་ལ་སོགས་པའི་ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་པས་བྱས་པའི་ཡིད་ཀྱང་དུ་  
 འབྲུག་པ་རྣམ་པར་སྤངས་པའོ། །གང་གིས་མ་དད་སེམས་དང་ནི། ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
 སེམས་དང་འབྲེལ་པའི་མ་དད་བ་དང་། མ་དད་བ་རྣམ་པར་སྤངས་པའོ།

**གང་གིས་བག་མེད་སེམས་དང་ནི།**

**ཁྲི་བ་རྣམ་པར་བརྟལ་བ་དང་།**

**འདི་ན་གཞོད་སེམས་རབ་སྤངས་བ།**

**དེས་ནི་ལེགས་པར་བཤད་བཤེས། ༡༨།**

གཞོད་སེམས་རབ་སྤངས་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གང་ཞེ་སྤང་དང་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བ་  
 སྤངས་པའོ། །དེས་ནི་ལེགས་པར་བཤད་བཤེས། ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེ་ཉིད་ལེགས་  
 པར་བཤད་བཤོས་པར་རིགས་པ་ཡིན་ཏེ། སྤྲོད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །གང་དེ་ཉིད་ནི་  
 ཤེས་རབ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་ཡིན་ཞིང་དེ་ཉིད་དུལ་པའི་སེམས་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་

ན་གང་ཤེས་རབ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་མི་འགྱུར་ཞེ་ན། སེམས་ཀྱི་བརྟན་བ་མེད་  
བ་ཡིས། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའོ།།

སེམས་ཀྱི་བརྟན་བ་མེད་བ་ཡིས།།

དམ་ཚེས་རྣམ་པར་ཤེས་མི་འགྱུར།།

དད་བ་འགྱུར་ལྟོག་ཕྱེད་བ་ཡི།།

ཤེས་རབ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་མི་འགྱུར།༥༤།

བརྟན་བ་སེམས་བཅས་བརྟན་བ་གང་གིས་ཤེས་རབ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་འགྱུར་  
ཞེས་ཞུས་བ་ལས་བརྟམས་སོ། །བརྟན་བ་མེད་བ་ནི་གནས་བ་མེད་པའི་སེམས་  
འདི་ལ་ཡོད་པའོ། །དམ་ཚེས་རྣམ་པར་ཤེས་མི་བྱས། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་གསུང་རབ་  
ཡན་ལག་བརྟ་གཉིས་ཀྱི་ཆོག་དང་དོན་ལ་མཁས་པར་རོ། །

དད་བ་འགྱུར་ལྟོག་ཕྱེད་པའི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཀྱན་ནས་འགྱུར་ཞིང་ལྟོག་བ་སྟེ་  
སྤུང་དུ་འགྲོ་ཞིང་འཁོར་བའི་ཚུ་པོ་ལྟར་དེ་ལ་འགྱུར་ཞིང་ལྟོག་པའོ། །དེའི་དད་བ་  
ནི་གྲས་བ་མི་བརྟན་པའོ། །ཤེས་རབ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་མི་འགྱུར། །ཞེས་བྱ་བ་  
ནི་ཟག་བ་མེད་པའི་ཤེས་བ་སྟེ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྒྱ་གསུམ་གྱིས་ཤེས་རབ་  
ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་འདོད་དེ། དམ་པའི་ཚེས་ཉན་བ་ལ་ཞུགས་བ་དང་། བརྟན་  
བ་དང་སྟེ་མཆེད་ཀྱི་རྣམ་པ་དང་བས་སོ། །དེ་མེད་ན་ནི་རི་ལྟར་དེ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་  
པར་འགྱུར། དེ་ཡང་བཤད་བ། ཤེས་བ་མི་གཡོ་སྤུན་རྩ་སྟེ། དམ་ཚེས་ཉན་བ་བླ་མ་  
ཡིན། །དད་བ་ནི་མེད་མཛའ་བཤེས་ཏེ། །གང་དེ་ཡིས་ནི་རྣམ་འཕེལ་འགྱུར། །ཞེས་  
སོ། །ཡང་ན་མ་དུལ་བས་ནི་ལེགས་པར་གསུངས་པ་མཉན་བ་ཡང་མེད་ན་ཤེས་  
རབ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་ལྟ་བུ་ལ་ཡོད་ཅེས་བསྟན་པའི་ཕྱིར། སེམས་ཀྱི་བརྟན་

བ་མེད་བ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་བ་སྟོས་ཏེ། མ་དུལ་བ་དེ་ལ་ནི་དམ་བའི་ཚམ་མེ་  
 མཉན་པའི་བྱིར་དང་། དེ་མེད་པའི་བྱིར་སྟེ་མཆེད་ཀྱི་ནམ་པས་དད་བ་ཡང་མེད་བ་  
 ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བསྟུས་པའི་དོན་རྟོ། །ཡིད་མ་དུལ་བ་ལས་ནི་སྟོན་གྱི་རྒྱ་བ་བྲི་  
 མ་མེད་བ་ལྟ་བུའི་གྲགས་བ་ཡང་ཉམས་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བསྟན་པའི་བྱིར། ཀྱན་རྟོག་  
 ལ་རྒྱམས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་བ་སྟོས་ཏེ།

ཀྱན་རྟོག་ལ་རྒྱམས་རྟེན་བ་ཡི།

ལྷ་ངན་སུམ་ཅུ་ཅ་དུག་གི།

རྩ་བའི་རྒྱན་ནི་གང་ཡིན་བ།།

ཡིད་ཀྱི་རྒྱན་ལས་རབ་རྩ་འབབ། ༢༠།

རྒྱལ་པོའི་བྱ་སྟུ་སྟུ་ཁ་ཞེས་བྱ་བས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ལ་བརྩན་བ་གང་གིས་  
 གྲགས་བ་ཉམས་བར་འགྱུར་ཞེས་བྱས་བ་ལས་དེ་ནས་ཚིགས་སུ་བཅད་བ་གཉིས་  
 གསུངས་སོ། །གང་ཟག་གང་གིས་སུམ་ཅུ་ཅ་དུག་གི་རྩ་བའི་རྒྱན་འབྲུག་བ་གང་  
 ཡིན་བ་སྟེ་དེ་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཉིད་ཀྱི་དོན་ཏེ་དེ་ཉིད་གྲགས་བ་ཉམས་བར་འགྱུར་  
 བའོ། །ཡང་ན་དང་གི་སྒྲས་ནི་རིམ་བ་གཞན་དུ་སྦྱར་རོ། །ལྷ་ངན་ཀྱན་རྟོག་ཅེས་བྱ་  
 བ་འདི་ལྷ་ར་གེས་བར་བྱ་སྟེ། འདིས་སྟེད་བ་སུམ་ཅུ་ཅ་དུག་ལ་སྦྱོད་པར་བསྟན་རྟོ། །  
 དེ་ཡང་རི་སྒྲད་དུ་བཅོམ་ལྡན་ཀྱིས་གསུངས་བ་གཞན་ནི་འདོད་བ་ན་སྦྱོད་  
 པའི་ཉོན་མོངས་བ་རྩ་བའི་རྒྱན་སུམ་ཅུ་ཅ་དུག་གོ་ཞེས་ཟེར་རོ།

ཡིད་ཀྱི་རྒྱན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རབ་རྩ་འཇག་བ་ཡིན་པས་རྒྱན་ཏེ་གང་ལ་རྒྱན་  
 རབ་རྩ་འབབ་བ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་རྟོ། །ཡིད་ནི་སེམས་ཏེ་དེའི་རྒྱན་ནི་གང་དག་རབ་  
 རྩ་འཇག་བ་སྟེ། སེམས་ལ་གནས་པའི་བྱིར་རོ། །བརྒྱ་ལ་འདི་ཉིད་རབ་རྩ་འབབ་



བ་ཡིན་ནམ་མ་ཡིན་ཞེས་རྟོག་པ་ལས་རབ་ཏུ་འབབ་ཅེས་བྱ་བ་སྒྲོས་ཏེ། སིན་ཏུ་  
 འབབ་ཅིང་རྒྱན་མི་འཆད་བས་སོ། །ཡང་ན་རབ་ཏུ་ནི་སིན་ཏུ་སྟེ། རྒྱན་གྱི་ཕྱགས་  
 ཡང་དང་ཡང་དུ་འཇུག་པ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་རྟོ། །ལྟ་ངན་ཀྱན་རྟོག་ཅེས་བྱ་བ་ནི་  
 འཇིག་ཚོགས་ལ་ལྟ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟེ་ལྟ་བ་ངན་པ་ལ་འཇུག་པ། རྣམ་པར་རྟོག་  
 པ་སྟེ་ཚོགས་པ་རབ་ཏུ་སྟེ་ཞིང་ལྟ་བ་ངན་པ་ལ་འཇུག་པའི་ཀྱན་དུ་རྟོག་པ་ནི་ལྟ་ངན་  
 ཀྱན་རྟོག་ཅེས་བྱ་བ་སྟེ། བར་གྱི་ཚིག་མི་མདོན་པར་བྱས་བ་མི་ཡིང་བརྟུང་བ་བཞིན་  
 བོ། །ཡང་ན་དང་གི་སྒྲ་ནི་འདིར་ལྟག་མ་ཡིན་ཏེ་ཚུ་བའི་རྒྱན་གྱི་དཔེ་ལ་རྣམ་པར་རྟོག་  
 པ་གཅིག་བྱར་མ་ཟད་དེ་རི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། རྣམས་ལ་བརྟེན་པའི་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་སྟེད་  
 པ་ལ་བརྟེན་པའི་ཟང་ཟང་དང་བཅས་པའི་འདོད་པ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་  
 ཞེས་བྱ་བའི་དོན་རྟོ། །དེ་ནི་སྟེས་བྱའི་གྲགས་པ་ཉམས་པར་བྱེད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་དང་  
 སྒྱར་བར་བྱའོ། །དེ་རི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན།

དགའ་སེམས་དབང་པོ་ཐལ་བ་དང་།།

སེམས་ཀྱི་རྗེས་འབྲང་ཞན་བ་ཡི།།

མེ་དཔེ་གྲགས་འགྲིབ་འབྲས་ལྷགས་པའི།།

སྒྲིན་ཡིང་ལ་ནི་བྱ་བཞིན་ནོ། ༣༡

དགའ་སེམས་ཞེས་སྒྲོས་ཏེ་སྟེད་པའི་རྗེས་སུ་འགྲོ་བའི་འདོད་ཆགས་དང་ཡང་དག་  
 བར་ལྷན་པ་སྟེ། ཡིད་བདེ་བ་འདོད་ཅིང་འདོད་པའི་རོ་སྤང་བས་རྗེས་སུ་ཆགས་  
 པའི་སེམས་སོ། །དབང་པོ་ཐལ་བ་དང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དབང་པོ་ཞན་བའམ་དབང་  
 པོ་མ་དུལ་བའོ། །འདིས་ནི་དགའ་བའི་སེམས་ཀྱི་རྒྱ་བསྐྱར་ཏེ་སྒྲོ་ཞན་པ་ཡིན་ན་ནི་  
 དགའ་བ་ཉམས་པར་འབྱུར་ཏེ། མ་དུལ་བའི་དབང་པོ་ལ་ནི་དབང་པོ་ཐ་ཐལ་བར་

འགྲུར་རོ་ཞེས་བསྟན་རྟོ། །སེམས་ཀྱི་རྗེས་འབྲང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སེམས་ཀྱི་དབང་སྟེ་  
 འདོད་པའི་རྒྱ་ལ་སྦྱོད་པ་གང་མ་དུལ་བའི་སེམས་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་རྟོ། །འགྲིབ་བ་  
 བྱི་ཡོངས་སུ་ཉམས་པའོ། །གྲགས་པ་ནི་སྟན་པའོ། །གཞན་ཡང་འདིར་སྐྱེས་བུའི་  
 བྱད་པར་སྐྱས་པ། ཞན་པའི་མཐུས་ཞེས་བྱ་བ་སྐྱོས་ཏེ་མཐུ་དང་སྐྱ་བ་དམན་པར་  
 བྱུར་པའོ། །མཐུན་པའི་ཚམས་ཀྱི་དཔེ་བསྟན་པ། སྟོན་ཤིང་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་དེ་ཉིད་  
 དོ། །འབྲས་བུ་ལྷགས་པ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འབྲས་བུ་ཐམས་ཅད་ལྷུང་བ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར་མངོན་པར་མི་བསྟགས་པའོ། །བྱ་བ་ཞིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདབ་ཆགས་ཇི་ལྟ་  
 བ་བཞིན་ཏེ། དེ་ནི་འབྲས་བུ་ལ་བརྟམ་བས་ཤིང་ལ་རྒྱ་སྟེ་དེ་མེད་པར་བྱུར་ན་ནི་  
 ཡོངས་སུ་སྦྱོར་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་མ་འོངས་པའི་ཡོན་ཏན་དང་སྦྱོན་གྱི་གནས་  
 པའི་རྒྱད་ཀྱི་སེམས་ཅན་གྱི་གྲགས་པ་མེད་པའོ། །སེམས་མ་དུལ་བ་ཉིད་ཀྱིས་  
 འདིས་ཉེས་དམིགས་བསྟན་ནས། འཇིག་རྟེན་གྱི་མའི་སྐྱས་པ། སེམས་ཁྱོད་ཅེས་བྱ་  
 བ་ལ་སོགས་པའོ། །

སེམས་ཁྱོད་བྱང་ཁྱོལ་འདོད་ལ་དགའ་མ་བྱེད།།

བརྩོན་སེམས་བག་ཡོད་བ་ལ་གནས་པར་གྱིས།།

བག་མེད་བྱས་བས་དཔྱལ་བར་བརྩོས་བ་དང་།།

ལྷགས་གོང་མིད་བས་ཁྱོད་ནི་མ་དུ་ཞིག་༢༩།

ནགས་དགོན་བ་ཞིག་ན་ལེ་ལོ་ཆེ་ཞིང་བག་མེད་ལ་འདོད་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་བས་  
 རྣམ་པར་གཅེས་པའི་དགེ་སྦྱོང་ཞིག་ལས་བཅུམས་སོ། །བརྩོན་ལ་གནས་པ་ཞེས་  
 བྱ་བ་ནི་བརྩོན་འགྲུས་བྱད་པར་ཅན་དང་ལྡན་པའི་ཕྱིར་རོ། །མ་བསགས་པའི་དགེ་  
 བ་བསགས་པའི་རྒྱ་བསྟན་ནས་བསགས་པའི་དགེ་བ་བསྐྱང་བའི་ཐབས་བསྟན་པ།

བག་ཡོད་སེམས་ཞེས་བྱ་བ་སྟོས་ཏེ། བག་ཡོད་པའི་བྱང་པར་གྱི་ཡོན་ཏན་དང་  
ལྷན་པོ། །ཡོན་ཏན་ཉམས་པ་དང་སྟོན་སྟེ་བའི་རྒྱ་ལས་བརྒྱུག་པའི་ཕྱིར། སེམས་  
ཁྱོད་ལྷང་ཁྱོད་ལ་དོད་ལ་དགའ་མ་བྱེད། །ཅེས་བྱ་བ་སྟོས་ཏེ། ཡིད་ཁྱོད་འདོད་པའི་  
མེད་པ་དང་ལྷང་ཁྱོད་མ་བྱེད་ཅིག་པོ། །དེ་ནི་མི་འདོད་པའི་འབྲས་བུ་བསྟན་པས་  
བརྒྱུག་པ་ཡིན་ཏེ། བག་མེད་ལྷགས་གོང་མིད་པས་ཞེས་བྱ་བ་བག་མེད་པའི་རྒྱ་  
ལས་ཀྱི་ཐུ་བུ་འབ་ཏུ་འབར་བ་ཟ་བར་མ་བྱེད་ཅིག་པོ། །དཔུལ་བར་བཅོས་  
པ་ན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དཔུལ་བར་སྟེས་ནས་དཔུལ་པའི་མེས་བསྟེགས་པར་གྱུར་བ་ན།  
ཁྱོད་མ་དུ་ཞིག་པ་ནི་ཁྱོད་ཆོ་ངེས་མ་འདེབས་ཤིག་ཅེས་པོ། །བཅོན་འབྲས་ལ་  
སོགས་པ་མ་ཡིན་པར་ནི་སེམས་དུལ་པའི་ཐབས་མི་རྟོག་དོ་ཞེས་བསྟན་པའི་ཕྱིར།  
ལྷང་པའི་དུས་ཆེ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་སོ། །

ལྷང་པའི་དུས་ཆེ་འདུག་པར་བྱེད་པ་དང་།

ལང་ཆོ་སྟོབས་ལྷན་མི་འབད་ཁྱིམ་འདུག་དང་།

བསམ་བ་རྟོགས་ཆེ་ལེ་ལོ་བྱེད་པ་ཡི།

མི་ཡི་ཤེས་རབ་ལམ་རྟོགས་མི་འགྱུར་རོ། ༣༣།

རྒྱལ་བྱེད་ཀྱི་ཆལ་ན་རྒྱལ་ཞེས་བྱ་བ། ལས་ཐ་མལ་བ་གཞན་ལ་མངོན་པར་བཅོན་  
པ་ཞིག་ལས་བརྒྱམས་སོ། །ལྷང་བ་ནི་སྟོ་བ་སྟེ་དེ་སྟུབ་པའི་དུས་སུ་ཉེ་བར་གནས་  
པ། སངས་རྒྱུ་འབྱུང་བ་དང་མིའི་རྒྱས་པ་ལ་སོགས་པའི་བྱང་པར་དང་ཡང་དག་  
པར་ལྷན་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདུག་པར་བྱེད་པ་དང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཉེ་བར་མི་སྟོར་བ་སྟེ།  
སྟོར་བ་མི་བྱེད་པས་དགེ་བའི་བྱ་བ་དག་ལ་མི་འཇུག་པོ། །ལྷང་པའི་དུས་ཉིད་  
སྟུང་བ། ལང་ཆོ་ཞེས་བྱ་བ་སྟོས་ཏེ་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་བྱ་བར་བཟོད་པའི་དུས་སུ་  
ཉེ་བར་གནས་པ་ནི་ལང་ཆོ་ཡིན་རོ། །སྟོབས་ལྷན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྟོབས་བསྟན་པ་

དང་། གོགས་དང་། རྒྱུ་དང་། བད་མེད་པ་དང་། སྟོབས་ལྡན་དང་ལྡན་པ་སྟེ། སངས་  
 རྒྱུ་འབྱུང་བ་དང་། བསྟན་པ་གནས་པ་དང་། དེའི་ལམ་ལ་ཞུགས་པའི་སྐྱེ་བོ་ཡོད་  
 པའི་བྱིར་དང་། ཚམས་གོས་ལ་སོགས་པས་གནོད་པ་མེད་པའི་བྱིར་དང་། བད་ཀྱི་  
 གནོད་པ་མེད་པའི་བྱིར་སྟོབས་དང་ལྡན་པའོ། །དེ་ལྟར་ཡོད་ཀྱང་སྤྱི་ཞིག་སྦྱར་བར་  
 བྱེད་པ་མ་ཡིན་ཞེ་ན། མི་འབད་ཅེས་སྟོས་ཏེ་ལེ་ལོ་ཅན་ཉིད་ནི་དགེ་བའི་བྱ་བ་དག་  
 ལ་རོ་སྤྱང་བར་མི་བྱེད་ཅིང་འདུན་པ་མེད་པའི་བྱིར་ཏེ། མདོ་ལས་ཚམས་ཐམས་ཅད་  
 ཀྱི་ཅ་བ་ནི་འདུན་པའོ་ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར་རོ། །འདིས་ནི་སེམས་མི་དབེན་པར་  
 བསྟན་ནས་ལུས་མི་དབེན་པར་བསྟན་པ། བྱིས་འདུག་ཅེས་བྱ་བ་བྱིས་དང་ཉེ་བ་ན་  
 འདུག་པ་སྟེ། འདི་ལ་བྱིས་ནི་ཡོངས་སུ་གཞུང་བ་དང་བཅས་པའི་བྱིར་རོ། །གཉི་  
 གའི་ཉེས་དམིགས་སྟོས་པ། རྫོགས་ཆེ་ཞེས་བྱ་བ་རྫོགས་པ་ཐོབ་པ་སྟེ། ཡིན་ཀྱན་  
 དུ་རྫོགས་པའི་ཡུལ་གཞུགས་ལ་སོགས་པ་གང་ཡིན་པ་ལའོ། །རྫོགས་པ་ནི་ཐོབ་པ་ལ་  
 འཇུག་སྟེ་བདག་གི་སྦྱང་མོ་ནི་རྫོགས་ཏེ་ཐོབ་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །སེམས་དབེན་  
 པ་མེད་ན་ནི་འདོད་པ་ལ་སོགས་པ་ལས་ཀྱན་དུ་རྫོགས་ཅིང་དཔྱད་པར་འགྱུར་རོ། །  
 དབེན་པ་མེད་པས་ནི་ལེ་ལོ་བྱེད་པར་འགྱུར་སྟེ། བྱ་བ་ངན་བ་བྱེད་པའི་བྱིར་ཐྱིག་  
 པ་ལ་མདོན་པར་དགའ་བ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ཏོ། །མི་ཡིས་ཤེས་རབ་ལམ་ཞེས་བྱ་བ་  
 ནི་ཐག་པ་མེད་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཚོགས་ཀྱི་ལམ་གྱིས་སེམས་དུལ་བའོ། །རྫོགས་  
 པར་མི་འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ནམ་ཡང་འཐོབ་པར་མི་འགྱུར་བའོ། །རང་བཞིན་  
 གྱིས་རྣམ་པར་རྫོགས་པ་ནི་ན་ནི་སེམས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་དུལ་བར་འགྱུར་རོ་  
 ཞེས་བསྟན་པ། ཐུན་ཆོགས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ནོ། །

བླན་ཆེགས་རྣམ་རྟོག་ཞིབ་མོར་རྣམ་རྟོག་བས།  
 བླན་ན་གནས་བའི་ཡིད་ནི་གཤེན་ཡང་སྟོ།  
 ཡིད་ཀྱི་རྣམ་རྟོག་དེ་དག་མཁེས་ན།  
 འཁྲུལ་སེམས་ཡང་དང་ཡང་དུ་རྒྱག་བར་བྱེད། ༣༧

གང་ཞིག་བླན་ལྡན་རྣམ་འབྱེད་བཅོན་བ་དང་།  
 རྣམ་པར་རྟོག་ལ་མཁས་བས་དེ་མེས་ན།  
 བླན་ན་གནས་བའི་ཡིད་ནི་གཤེན་སྟོ་བ།  
 བསམ་ཅད་མ་ལུས་སྟོ་ཡིས་རབ་ཏུ་སྟོང་། ༣༨

རྣམ་པར་རྟོག་པ་མང་བའི་ཚོང་དཔོན་ཞིག་སྟོ་ནས་དེ་སྤང་བའི་གཉེན་པོ་བཅའ་  
 བ་ལས་མ་རྟེན་དེ། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་ཐད་དུ་ལྷགས་ནས་ཅི་ཙམ་ན་ཆེགས་སུ་  
 བཅད་བ་གཉིས་གསུངས་སོ། །བླན་ཆེགས་ནི་མི་འདོད་པའི་འབྲས་བུ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར་མཛོན་བར་མི་འདོད་བ་སྟེ། འདོད་བ་ན་སྟོང་པའོ། །རྣམ་པར་རྟོག་པ་ནི་འདོད་  
 བ་ན་སྟོང་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པའོ། །ཡང་ན་ཞིབ་མོ་ནི་རགས་བ་མ་ཡིན་བ་སྟེ།  
 མཉམ་པར་གཞག་པའི་ས་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཤེན་ཡང་སྟོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྣམ་  
 པར་གཤེན་བ་འབྲེན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། སེམས་རྣམ་པར་གཤེན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ནང་ན་  
 གནས་པའི་ཡིད་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སེམས་དང་ལྡན་ཅིག་མཚུངས་པར་ལྡན་པའི་རྣམ་  
 པར་གནས་པའོ། །དེ་དག་ཅེས་བྱ་བ་ནི་དེའི་ས་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པའོ། །མཁེས་  
 ན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མ་རིག་པའོ། །གང་གི་མ་རིག་པ་ཡིན་ཞེ་ན། ཡིད་ཀྱི་ཞེས་བྱ་བ་  
 སྟོས་ཏེ། དེ་བཞིན་ཉིད་མེས་བས་སོ། །

འདི་ནི་གནས་གྱིས་གནས་པ་བསྟན་ཏེ། གྲོང་ཐམས་ཅད་འོངས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་  
 ལྟ་བུའོ། །རྣམ་རྟོག་ནི་རྣམ་པ་སྣ་ཆོག་པ་པའི་སྣོན་པ་དབྱེད་པ་རྣམ་པར་རྟོག་པ་སྟེ།  
 དེ་ནི་ངེས་པའི་ཆོག་གོ། །དེ་ཡོངས་སུ་མ་ཤེས་པའི་སྣོན་བསྟན་བ། ཡང་དང་ཡང་  
 དུ་རྒྱག་པར་བྱེད། །ཅེས་སྟོས་ཏེ་འཁོར་བར་ལན་དུ་མར་འཁོར་བའོ། །གང་ཞེ་ན།  
 འབྲུལ་སེམས་ཞེས་བྱ་བ་སྟོ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་པའི་ཕྱིར་ཏེ། མ་དུལ་བའི་སེམས་ཞེས་བྱ་  
 བའི་དོན་རྟོ། །དེ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གང་ཡང་རྣམ་པར་རྟོག་པ་འདི་ཤེས་པའོ། །རི་ལྟར་  
 ཤེས་པ་ཞེས་བརྗོད་ཅེ་ན། མཁས་པས་ཞེས་སྟོས་ཏེ། གསུང་རབ་ཀྱི་དོན་གྱི་དེ་ཁོ་  
 བ་ཉིད་ལ་བརྟེན་ནས་རང་དང་སྤྱིའི་མཆོན་ཉིད་ལ་མཁས་པའི་ཕྱིར་རོ། །བཙུན་པ་  
 བེ་བརྟུན་པ་དང་ལྟན་པ་ཉིད་དོ། །རྣམ་འབྱེད་ཅེས་བྱ་བ་ནི་ཡང་དག་པར་གཡོགས་  
 བ་དང་བཀའ་བར་བྱུར་བའོ། །འབྲུལ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འབྲུལ་པ་ཉི་ལྔ་པར་གཞག་པ་བཞི་  
 བསྟོམ་པ་ལ་མངོན་པར་བཙུན་པ་སྟེ། དེ་ལས་འབྲུལ་པ་དང་། ཤེས་པ་ཞིན་གཉིས་  
 གཙུ་མོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ལྟ་འབྲུལ་པ་དང་ཤེས་པ་ཞིན་གྱིས་བཀའ་བར་བྱའོ་ཞེས་  
 མདོ་ལས་གསུངས་སོ། །ཐམས་ཅད་ཅེས་བྱ་བ་ནི་ས་རི་སྟེད་པའོ། །མ་ལུས་ཞེས་  
 བྱ་བ་ནི་བག་ཆགས་དང་བཅས་པའོ། །རི་ཐམས་ཅད་ཉིད་རྣམ་པར་འབྱེད་དམ་ཞེ་  
 བ་མ་ཡིན་ཏེ། སྤྲུལ་པ། སྟོ་ཡིས་ཞེས་བྱ་བའོ། །སེམས་དུལ་བ་ལ་ནི་ལྷ་ངན་ལས་  
 འདས་པ་ཡང་རག་ལས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བསྟན་པ་ནི་ལུས་འདིས་བྱམ་པ་ཞེས་བྱ་བ་  
 ལ་སོགས་པ་ཡིན་ནོ། །

ལུས་འདི་བྱམ་པ་འདྲ་བར་རྟོགས་བྱས་ཤིང་།

གྲོང་ཁྱེར་འདྲ་བའི་སེམས་གྱིས་སྟན་བཙུགས་ནས།

ཤེས་རབ་མཆོན་གྱིས་བདུད་དང་གཡུལ་སྦྱད་དེ།

བདུལ་ནས་གནས་མེད་བར་ནི་བསྐྱང་བར་བྱ། ༢༦

འཛིག་རྟེན་འདི་དག་བྱམ་པ་འདྲར་རྟོགས་ཤིང་།

དེ་བཞིན་ཆོས་རྣམས་སྒྲིག་རྒྱ་འདྲར་ཤེས་ནས།

ཤེས་རབ་མཆོན་གྱིས་བདུད་དང་གཡུལ་སྤྲད་དེ།

བལྟལ་ནས་གནས་མེད་བར་ནི་བསྐྱང་བར་བྱ། ༣༧

དགེ་སློང་ཞིག་བདག་ཉིད་བལྟ་ན་སྤྱག་པའི་བྱེད་པར་དང་དབྱིབས་དང་གཟུགས་  
 གྱིས་ཤེགས་ཏེ་མེད་པ་ལས་སྤྱོད་ཅིང་གང་འདི་ལྟ་བུའི་ལུས་ནི་སུ་ཞིག་གིས་མ་  
 རུང་བར་བྱེད་ཀྱས་ཞེས་མི་གཙང་བ་སྒྲོམ་བར་མི་བྱེད་དེ། དེ་ཡང་རྒྱ་མཁའ་གྱི་  
 ཁྲིམ་དང་ཉེ་བ་ཞིག་ན་གནས་ཤིང་སྤྱོད་པ་ཞིག་ལས་དེའི་དབང་དུ་མཛད་ནས་འདི་  
 ལྟ་སྟེ། དགེ་སློང་རྒྱ་མ་སོ་མ་བཏང་བ་ནི་སྤྱིང་པོ་མེད་པ་ཡིན་ཞིང་ཡུན་རིང་དུ་མི་  
 གནས་ཏེ་གཞོད་པ་མི་བཟོད་ལ་ཆར་ཡང་མི་བཟོད་པ་བཞིན་དུ་ལུས་འདི་ཡང་དེ་ལྟ་  
 བུའོ། །དཔེར་ན་ཁྱོད་ན་གནས་པས་ནི་རྒྱལ་པོ་སྤྱོད་དོ། །དེ་བཞིན་དུ་ལུས་ལ་བརྟེན་  
 བས་ཀྱང་སེམས་ཏེ་འཛིག་རྟེན་ན་ནི་དེ་ལྟ་བུའོ་ཞེས་བྱ་བ་ནས་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་  
 གཉིས་གསུངས་སོ། །ལུས་ནི་ལུས་པ་དང་འདྲ་བ་སྟེ་དཔེར་ན་རྒྱ་མ་ནི་སྤྱིང་པའི་ཆོས་  
 ཅན་དང་། མཐར་འཛིག་པ་ཡིན་ཞིང་རྒྱུའི་སྤྱོད་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ་ལུས་འདི་ཡང་མི་  
 གཙང་བ་རྣམ་པ་སྤྱོད་ཆོགས་པའི་སྤྱོད་དང་མི་རྟག་པའི་བྱིར་རོ། །འདི་ནི་ཟེན་པའོ། །  
 རྟོགས་བྱས་ཤིང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེ་བཞིན་ཉིད་ཀྱི་ཤེས་པས་ངེས་པར་བྱས་པའོ། །  
 ཁྱོང་ཁྱེར་འདྲ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཁྱོང་ཁྱེར་དང་འདྲ་བར་རིགས་མི་འདྲ་བའི་རྣམ་རྣམ་  
 པ་སྤྱོད་ཆོགས་པའི་བྱིར་རོ། །

སྤན་བཙུགས་ནས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ལུས་དེ་ཉིད་ལ་བརྟེན་ནས་སེམས་ལེགས་  
 པར་གནས་པ་དང་། དེ་ཡང་རྟོགས་པར་བྱས་པའོ། །ཁྱོང་ཁྱེར་དང་འདྲ་བ་འདི་ནི་

གྲོང་ཁྱེར་རུས་པའི་ར་བ་ཅན་ཞེས་བྱ་བས་གནས་བ་ཡིན་ནོ། །ལུས་དང་སེམས་  
 ཡོངས་སུ་བརྟགས་པའི་གོ་བོས་ཏེ། བདུད་དང་གཡུལ་སྤྱད་དེ་ཞེས་བྱ་བ་སྤངས་  
 བར་བྱ་ཞིང་ཉོན་མོངས་པའི་བདུད་དཀྱག་པར་བྱ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་རྟོ། །གང་གིས་  
 སེ་ན། སེས་རབ་མཆོན་གྱིས་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། འཕགས་པ་ཉན་ཐོས་གྱིས་ནི་  
 སེས་རབ་མཆོན་གྱིས་ཀྱན་དུ་སྦྱར་བ་གཅོད་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་མདོ་ལས་བསྟན་  
 ཏོ། །བརྟལ་ནས་བསྐྱང་བར་བྱ་ཞེས་བྱ་བ་ཉོན་མོངས་པའི་བདུད་སྤངས་ནས་དེ་  
 བཞིན་དུ་ཡང་མི་སྦྱེ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་བསྐྱང་བར་བྱ་བ་སྟེ་མ་བརྟལ་བ་ནི་བརྟལ་  
 བར་བྱ་ལ་བརྟལ་བ་ནི་བསྐྱང་བར་བྱ་སྟེ། ཕྱི་ནས་ཡང་ཉམས་བ་མེད་པར་བྱ་བའི་  
 ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་རྟོ། །གནས་མེད་པར་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཡང་འཇུག་པ་མེད་ཅིང་  
 འཁོར་བར་ཡང་སྲིད་པ་མེད་པ་སྟེ། ཡོངས་སུ་སྤྱང་ན་ལས་འདས་པ། ཞེས་བྱ་བའི་  
 དོན་རྟོ། །འཇིག་རྟེན་འདི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱུད་ཐམས་ཅད་དེ་འཇིག་  
 རྟེན་ནི་ཉེ་བར་ལེན་པའི་བྱང་པོ་ལྟ་ཞེས་བྱ་བའི་ཆོག་གིས་སོ། །དེའི་ཕྱིར་ནམ་ཞིག་  
 ལ་སྦྱོགས་གཅིག་བལྟས་ནས་འཇུག་པ་ཡིན་ཏེ་ནམ་ཞིག་ན་འཇིག་རྟེན་ཐམས་ཅད་  
 ལ་བལྟས་ནས་སོ། །དབྱིབས་ཀྱི་འདོད་ཆགས་ལ་འཇུག་པ་བསྟན་ནས་ཁ་དོག་གི་  
 འདོད་ཆགས་སྦྱས་པ། ལུས་འདི་དབྱ་བ་འདྲ་བར་ཞེས་སྦྱས་ཏེ།

ལུས་འདི་དབྱ་བ་འདྲ་བར་རྟོགས་བྱས་ཤིང་།

གྲོང་ཁྱེར་འདྲ་བའི་སེམས་གྱིས་སྟན་བརྟགས་ནས་།

སེས་རབ་མཆོན་གྱིས་བདུད་དང་གཡུལ་སྤྱད་དེ།

བརྟལ་ནས་གནས་མེད་པར་ནི་བསྐྱང་བར་བྱ། ༣༡



འཛིག་རྟེན་འདི་དག་དབུ་བ་འདྲར་རྟོགས་ཤིང་།

གྲོང་ཁྱེར་འདྲ་བའི་སེམས་ཀྱིས་སྤྲོད་བཅུགས་ནས།

ཤེས་རབ་མཆོད་ཀྱིས་བདུད་དང་གཡུལ་སྤྲད་དེ།

བརྒྱལ་ནས་གནས་མེད་བར་ནི་བསྐྱེད་བར་བྱ། ༢༩།

དགེ་སློང་ཁ་དོག་གི་འདོད་ཆགས་ཅན་ཞིག་གང་གྲུའི་དོགས་ན་གནས་ལ་པ་རོལ་  
 དུ་གྲལ་བར་མི་བྱེད་བ་དེ་ལས་བཅུམས་ཏེ། འདི་ལྟ་སྟེ་དགེ་སློང་དབུ་བའི་གོང་བུ་  
 ནི་ཆེར་ཐེན་གྱང་སྟོང་པོ་མེད་པ་ཡིན་ཏེ། དེག་བར་མི་བཟོད་པ་བཞིན་དུ་ལུས་འདི་  
 ཡང་དེ་ལྟ་བུའི་ཞེས་བྱ་བ་ནས་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་གསུངས་སོ། །  
 རྒྱུའི་ཡན་ལག་འདེན་ཏེ་རྒྱང་གིས་བྱལ་བ་ནི་དབུ་བ་སྟེ། དེས་པའི་ཆོག་ལས་སྟེ་  
 བཅོ། ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ནོ། །གང་དེ་རི་ལྗར་གནས་མེད་བར་འདོད་པ་ཡིན་ཞེ་ན།  
 གཉིས་ཀྱིས་རྣམ་པར་འབྲེལ་བ་སྤྲོས་པ། གང་གིས་བྱང་རྒྱལ་ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་  
 པ་ཡིན་ནོ། །ཆེ་དང་ལྡན་པ་ཤུ་རིའི་བུ་ལ་སྟུང་ན་ལས་འདས་པ་ནི་གང་ཡིན་རི་ལྗར་  
 སྟུང་ན་ལས་འདས་པ་ཞེས་བྱ་ཞེས་སྤྲོས་པ་དང་། དེས་དེ་ཁྱེར་ཏེ་བཅོམ་ལྡན་འདས་  
 ག་ལ་བ་དེར་བྱིན་ནས་དེ་ལ་འདི་གསུངས་སོ། །

གང་གིས་བྱང་རྒྱལ་ཡན་ལག་བདུན།

སེམས་ཀྱིས་ལེགས་བར་བསྒྲོམས་པ་དང་།

གང་ཞིག་ལེན་ལ་མི་དགའ་ཞིང་།

ལེན་བ་རབ་རུ་སྤངས་པ་དང་།

ཐག་ཐད་སྟོན་རྣམས་བསལ་བ་དེ།

འཛིག་རྟེན་དག་ན་སྟུང་ན་འདས། ༣༠།

གང་གིས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བསམ་པ་བཟང་པོ་གང་གིས་ཏེ། ཟར་པའི་ས་པོན་དང་ལྷན་  
 པའི་བདག་ཉིད་ཆེན་པོའོ། །སེམས་ཀྱིས་ལེགས་པར་བསྒྲོམས་པ་དང་། །ཞེས་བྱ་  
 བ་ནི་མི་གཙང་བ་ལ་སོགས་པ་ལེགས་པར་བསྟེན་པའོ། །དེས་ན་དུས་བྱིན་སྤྱད་  
 རྒྱུ་ཡན་ལག་བདུན་ཞེས་བྱ་བ་ལེགས་པར་བསྒྲོམས་པ་ཞེས་འདིར་རྗེས་སུ་འབྲང་  
 རོ། །གང་གིས་བྱང་རྒྱུ་གྱི་ཡན་ལག་བདུན་ལེགས་པར་བསྒྲོམས་པར་འགྱུར་ཞེ་ན།  
 བཤད་པ། གང་འཁོར་བ་ལས་བདག་གིར་མི་བྱེད་པ་དང་། ཟར་པ་འདོད་པའོ། །དེ་  
 གཉི་ག་སྤྱུས་པ། ལེན་པ་རབ་ཏུ་སྤངས་པ་དང་། ཞེས་བྱ་བ་སྤྱོད་ཏེ། སྤྱེ་བ་གཞན་  
 དག་ཡོངས་སུ་འཛིན་པར་འདོད་པ་སྤངས་པའི་བྱིར་རོ། །གང་ཞིག་ལེན་ལ་མི་དགའ་  
 ཞིང་། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་མུ་ངན་ལས་འདས་པ་ལ་དགའ་བའི་བྱིར་ཏེ། དེས་ན་བསམ་  
 པ་དང་སྦྱར་བ་གཉིས་ཀྱི་ཁྱད་པར་དང་ལྷན་པའི་བྱིར་ཁྱད་པར་བསྟེན་པ། ཟག་ཟད་  
 ཅེས་བྱ་བ་ཉོན་མོངས་པ་ཐམས་ཅད་སྤངས་པའི་བྱིར་ཏེ། སྦྱོན་བསལ་ཞིང་ངན་པར་  
 སྦྱོད་པ་སྤངས་པས་མུ་ངན་ལས་འདས་པ་སྟེ། ལས་དང་ཉོན་མོངས་པའི་རྒྱུད་བསྐྱལ་  
 པ་གང་ཡིན་པའོ། །འཛིག་ཉེན་དག་ན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མཐོང་བའི་ཆོས་ཉིད་ལ་ཡོངས་  
 སུ་མུ་ངན་ལས་འདས་པ་ཞེས་བྱ་བར་བརྟེན་དེ་མུ་ངན་ལས་འདས་པ་འཛོལ་བ་ཞེས་  
 བྱ་བའི་དོན་ཏོ། །དེ་ཉིད་གང་མི་ཉམས་ཞེས་བྱ་བར་བརྟེན་ཅེ་ན། དུལ་བའི་སེམས་  
 ཉིད་དེ། དེ་བཤད་པ། གང་ཞིག་གཡག་རྩེ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའོ། །

གང་ཞིག་གཡག་རྩེ་ཅེ་མོ་ལྟར།

རང་གི་སེམས་ནི་རྗེས་སྤང་ཞིང་།

འབྱུང་པོ་རྣམས་ལ་བཅེར་ལྷན་བ།

དེ་ཡི་བདེ་བ་ཡོང་མི་ཉམས། ༧༩

བསྟེན་གནས་ཀྱི་ཁང་པ་དག་ཏུ་དག་སྟོང་རབ་ཏུ་མང་པོ་དག་གཏམ་བརྗོད་པར་གྱུར་  
 ཏེ། ཆེ་དང་ལྡན་པ་དག་འཕགས་པའི་ཉན་ཐོས་ཀྱིས་གང་ཞིག་བསྐྱེད་པར་བྱ་ཞེས་  
 གྲུས་བ་ན། ཁ་ཅིག་ནི་ལུས་དང་དག་གོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་བརྗོད་པ་དང་། དེའི་  
 ཆེ་བཙུག་ལྡན་འདས་དེར་གཤེགས་ནས་དག་སྟོང་དག་སྟོག་ཆགས་གཡག་ཇའི་ཅེ་  
 མོ་བཞེན་དུ་སེམས་ཡོངས་སུ་བསྐྱེད་པ་ལ་སྐྱེད་ཤིག་ཅེས་བྱ་བ་ནས་ཇི་སྟོན་དུ་  
 འདི་གསུངས་སོ། །རང་གི་སེམས་ནི་བདག་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པའོ། །རྗེས་སུ་  
 བསྐྱེད་ཞིང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཡུལ་དག་ལས་བརྒྱུག་ཅིང་གདུལ་པར་བྱའོ། །གཡག་ཇའི་  
 ཅེ་མོ་ལྟར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དཔེར་ན་རི་དྲགས་གཡག་ནི་རྩ་མའི་ཅེ་མོ་གཙོར་སྐྱེད་ལྟེ།  
 བདག་ཉིད་ཀྱི་བར་གྱུར་ཀྱང་དེ་སྐྱེད་པ་བཞེན་ནོ། །སེམས་ཡུལ་ལས་བརྒྱུག་པར་  
 འདིས་བསྟན་ནས། ཡུལ་གྱི་བྱུང་པར་ལ་གཞུང་པར་བསྟན་པ། འབྱུང་པོ་རྣམས་ལ་  
 བཅེར་ལྡན་པ། ཞེས་བྱ་བ་ནི་བཅེ་བ་ལ་འཇུག་ཅིང་འཛོལ་བ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ནོ། །  
 སེམས་ཅན་ལ་འཆེ་བ་མེད་པའི་བསམ་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ཡི་བདེ་བ་ཡོང་མི་  
 ཉམས། ཞེས་བྱ་བ་ནི་འཇིག་རྟེན་པ་དང་མཐར་ཐུག་པའི་བདེ་བ་མི་ཉམས་པའོ། །  
 སེམས་ཀྱིས་ནི་དུད་འགོ་དང་ཐུབ་པ་མཆོག་གི་མཉན་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བསྟན་པའི་  
 ཕྱིར། གང་ཕྱིར་སྐྱེད་པོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའོ། །

གང་ཕྱིར་སྐྱེད་པོའི་སྐྱེད་པོ་ཆེ།

མཆེ་བ་བཟང་པོའི་སྐྱེད་ཆེན་དང་།

སེམས་དང་སེམས་ནི་མཉམ་བས་ན།

དེ་ཕྱིར་གཅིག་ཁྱེད་གས་སུ་དགྲེས། ལ།

ལུལ་ཡངས་པ་ཅན་ན་འཐབ་ཁྲོལ་བྱེད་པའི་དགེ་སློང་དག་སྤངས་ཏེ། ལྷ་འབྲུལ་གྱིས་  
ནམ་མཁའ་ལ་གཤེགས་པ་ན། ནགས་ཚལ་ཞིག་ཏུ་སྤང་པོ་ཆེ་བཟང་པོ་ཞིག་གིས་  
ཙོད་པ་ཅན་གྱི་བྱ་སྤངས་ཏེ། མངོན་པར་དགའ་ཞིང་གནས་པ་གཟིགས་པ་དང་།  
བཙོམ་ལྷན་འདས་གྱིས་འདི་གསུངས་སོ། །གང་ཕྱིར་ནི་སེམས་སོ། སྤང་པོ་ཆེ་ཞེས་  
བྱ་བ་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་སྟེ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་གསུས་  
པོ་ཆེའི་མདོ་ལས་བཤད་དོ། །ཡང་ན་གནོད་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་བཙོམ་ལྷན་འདས་ནི་  
སྤང་པོ་སྟེ་སྟོན་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་སེམས་ཇི་ལྟ་བུས་ཤེ་ན།  
སྤང་པོ་ཆེ་སྟེ། དགའ་བ་ཆེན་པོ་ཚོས་པའི་ཕྱིར་དང་། སྟོན་མེད་པ་དེའི་དབང་གིས་  
འདི་ལྟར་སྤང་པོ་ཆེ་ཞེས་བསྟན་ཏོ། །སྤང་ཆེན་ནི་སྤང་པོ་ཆེའི་སེམས་སོ། །མཉམ་  
པས་ན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཆ་འདྲ་བར་བསྐྱབ་པ་ཡིན་ནོ། །

སྤང་པོ་ཆེ་ཇི་ལྟ་བུ་ཡིན་ཞེ་ན། མཆེ་བ་བཟང་བ་ཞེས་སྟོས་ཏེ། འོབས་དང་  
འདྲ་བའི་སོ་འཇ། ཀ་བ་ལྟ་བུའི་སྟེ། རིགས་བསྐྱགས་པར་སྐྱེས་པའི་ཕྱིར་ན། མཆེ་  
བ་བཟང་པོ་ནི་སྤང་པོ་ཆེའོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཆོག་གིས་སོ། །ཡང་ན་མཆེ་བ་བཟང་བའི་  
སྤང་པོ་ཆེ་དང་། སྤང་པོའི་སྤང་པོ་ཆེ་འདི་སྟེ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ཐུགས་ནི་ཆ་  
འདྲ་བ་ཡིན་ནོ། །ཇི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན་སྤང་པོ་ཆེ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་སྟེ། ཡོངས་སུ་མ་ཉམས་  
པའི་བདག་ཉིད་ཙོད་པ་ལ་སོགས་པས་ཡོངས་སུ་ཉམས་པ་མེད་ཅིང་སྟོོ་བ་མེད་པ་  
ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ཏོ། །ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། དེ་ཕྱིར་གཅིག་བྱ་ནགས་སུ་དགྲེས། ཞེས་བྱ་  
བ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར་འདི་གཅིག་བྱས་ཙོད་ཅིང་མ་རུངས་པའི་སྤང་པོ་ཆེ་དག་རྣམ་  
པར་སྤངས་ཏེ་རྣམ་པར་དབེན་པའི་ནགས་སུ་མངོན་པར་དགའ་བ་བཞིན་དུ། ང་ཡང་  
འཐབ་ཁྲོལ་ཅན་དག་རྣམ་པར་སྤངས་ཏེ་ནགས་སུ་མངོན་པར་དགའོ་ཞེས་བཤོ། །

དགའ་ཞེས་དེ་མ་ཐག་ཏུ་བསྟན་ན་ངེ་ལྟར་ནགས་སུ་དབྱེས་པ་ཡིན་ཞེ་ན། བཤད་  
བཤ། བྱམས་པ་ལ་སོགས་པ་བསྟོན་པས་ཏེ། འདི་ཉིད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དང་བཅས་པར་  
སྟེན་པ། གང་གིས་ཡིད་ལ་གཞོད་མེད་ཅིང་། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའོ།

གང་གི་ཡིད་ལ་གཞོད་མེད་ཅིང་།

འབྱུང་པོ་ཀུན་ལ་བཅེ་བ་དང་།

འབྱུང་པོ་རྣམས་ལ་བྱམས་བྱེད་བ།

དེ་ལ་ནམ་ཡང་འཁོན་མི་འབྱུང་། ༣༡

དགེ་སྤྱོད་དག་བྱམས་པ་བསྟོན་པ་བྱས་ཤིང་བྱམས་པ་ཀུན་ཏུ་བསྟེན་པ་བྱས་ན་  
པན་ཡོན་མང་པོ་འདོད་པར་བྱའོ། སྟོང་ཇེ་ཡང་དེ་བཞིན་ནོ་ཞེས་བྱས་ནས་ཆོགས་  
སུ་བཅད་པ་ལྡེ་བར་དུ་གསུངས་སོ། །ལ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གང་ལ་གཞོད་པ་དང་འཆེ་  
བ་མེད་པའོ། །གང་གི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་སྟེ་རྣལ་འབྱོར་པའོ། །ཡིད་  
ཆེས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཡིད་དགའ་བ་དང་ལྡན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དགའ་བ་ལ་སོགས་པས་  
ནི་གཞན་བདེ་བ་མཐོང་ན་དགའ་བར་འབྱུང་ཞིང་གཞོད་པ་མི་བྱེད་དོ། །འབྱུང་པོ་  
ཀུན་ལ་བཅེ་བ་དང་། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་འབྱུང་པོ་ཐམས་ཅད་ལ་ཇེས་སུ་བཅེ་བ་སྟེ།  
གང་ལ་སྟོང་ཇེ་ཡོད་པའོ། །འབྱུང་པོ་ཀུན་ལ་བྱམས་བྱེད་བ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཞན་  
ཀྱི་བདེ་བ་བསྐྱེད་པ་མཆོག་ཏུ་སེམས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཐོག་མ་ནི་བྱམས་པ། དེའི་  
འོག་ཏུ་ནི་སྟོང་ཇེ། དེའི་འོག་ཏུ་ནི་དགའ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། འདི་ནི་བསྟོན་པ་ལ་བརྟེན་  
ནས་བསྟན་ཏོ། །གཞན་ལ་པན་འདོགས་པ་དང་། འབྲེལ་པར་བསྟན་པའི་ཕྱིར་ཆད་  
མེད་པ་འདི་དག་ཉིད་འདིར་བསྟན་གྱི་བཏང་སྟོམས་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །འདི་ཉིད་ཀྱི་པན་  
ཡོན་བསྟན་པ། ཁོན་མི་འབྱུང་ཞེས་བྱ་བ་སྟོན་ཏེ། ཁོན་ནི་ཁོན་དུ་འཛིན་པའོ། །དེ་

ལ་ནམས་ཀྱང་མི་འབྱུང་ཞིང་། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་གང་ཟག་དང་ལྷན་ཅིག་འབྱུང་བ་མེད་  
བ་ཉིད་དོ། །ཡང་ན་འདིས་ནི་བཏང་སྟོམས་བསྟན་ཏེ། དེས་ན་ཆད་མེད་བ་བཞིའོ། །  
གང་ཟག་གང་ནགས་ཚལ་ལ་དགའ་བའོ་ཞེས་བསྟན་བ།

གང་ལ་གཞོད་པའི་སེམས་མེད་ཅིང་།།

འབྱུང་པོ་ནམས་ལ་བཅེ་བ་དང་།།

སྟོག་ཆགས་ཀྱན་ལ་བྱམས་བྱེད་བ།།

དེ་ལ་ནམ་ཡང་འཁོན་མི་འབྱུང་། ༧༥

གང་ལ་གཞོད་པའི་སེམས་མེད་ཅིང་།།

འབྱུང་པོ་ནམས་ལ་བཅེ་བ་དང་།།

སེམས་ཅན་ཀྱན་ལ་བྱམས་བྱེད་བ།།

དེ་ལ་ནམ་ཡང་འཁོན་མི་འབྱུང་། ༧༦

མཛའ་བཤེས་ཀྱན་དང་སྟོགས་ཀྱན་དང་།།

འབྱུང་པོ་ཀྱན་ལ་བཅེ་བ་དང་།།

བྱམས་པའི་སེམས་ནི་བསྟོམས་བྱས་ན།།

བདེ་བ་ཤིན་ཏུ་འཕེལ་བར་འགྱུར། ༧༧

སྟོག་ཆགས་ཀྱན་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གདུལ་བྱའི་དབང་གིས་འདི་ལྟར་བརྗོད་དེ་འབྱུང་  
པོ་དང་། སྟོག་ཆགས་དང་། སེམས་ཅན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ནམ་གངས་ཡིན་པའི་བྱིར་  
རོ། །ནམས་ཀྱང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གང་ཞིག་སྟེན་བ་ཡིན་ནོ། །ཡང་ན་དག་པོ་དང་། བ་

མལ་པ་དང་། མཛའ་བོའི་ཚྭ་གས་ལ་འབྱུང་བོ་ལ་སོགས་པའི་སྤྱོད་འབྲུག་པར་སྤྱར་  
རོ། །གང་བྱམས་པ་ལ་སོགས་པ་བསྒྲུབ་པ་དེ་ནི་བྱང་པར་དུ་བདེ་བ་འཛོལ་བ་ཡིན་  
ནི་ཞེས་བསྟན་པ་ནི་མཛའ་བཤེས་ཀྱི་དང་ཞེས་བྱ་བ་སྤྲོས་ཏེ། གང་ལ་ཐམས་ཅད་  
མཛའ་བ་ཡོད་པའོ། །བྱམས་པའི་སྤྱོད་པས་ཀྱིས་ཐ་མལ་པ་དང་། དབྱ་བོའི་ཚྭ་གས་  
སྤངས་ཏེ་ཐམས་ཅད་མཛའ་བོའི་ཚྭ་གས་ལ་བཞག་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཚྭ་གས་ཀྱི་དང་  
ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཚྭ་གས་ཡིན་པས་ཚྭ་གས་ཀྱི་དང་། དེ་ཡང་ཐམས་ཅད་  
ཀྱི་ཚྭ་གས་སུ་གྱུར་ཅིང་མཛའ་བོར་གྱུར་པ་ཉིད་དེ། བཤད་པ། བྱམས་པ་ལ་གནས་  
ན་ནི་འབྱུང་བོ་ཐམས་ཅད་ལ་མངོན་པར་དགའ་བ་སྤྱིད་ཅིང་པན་པ་ལ་ཞུགས་པ་  
ཡིན་པས་ལྟ་དང་བཅས་པས་ཀྱང་མཆོད་པར་བྱ་བ་ཡིན་ན། དགའ་བའི་གཉེན་  
གཞན་གྱིས་ལྟ་སྤྲོས་ཀྱང་ཅི་དགོས། འབྱུང་བོ་ཀྱན་ལ་བཅེ་བ་དང་། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
འབྱུང་བོ་ཐམས་ཅད་ལ་རྗེས་སུ་བཅེ་བ་སྟེ་དེའི་སྤྱད་པས་མཛོང་བས་དེའི་རྗེས་སུ་  
སྤྱང་ན་བྱེད་ཅིང་ཅི་རིགས་པར་པན་འདོགས་པ་དང་རྗེས་སུ་བཅེ་བའོ། །བྱམས་པ་  
བསྒྲུབས་པས་ནི་སྤྱང་རྗེ་ཡང་འབྲེལ་བ་ཡིན་ནོ། །

ཇི་ཞིག་བྱས་ནས་དེ་ལྟར་གྱུར་པ་ཡིན་ཞེ་ན། བྱམས་པ་ཞེས་བྱ་བས་བསྟན་  
ཏེ་བྱམས་པ་ཡོངས་སུ་བཟུང་བའོ། །སེམས་ནི་བསྒྲུབ་བྱས་ན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གོམས་  
པར་བྱས་པའོ། འདིའི་པན་ཡོན་བསྟན་ནས། གཞན་གྱི་པན་ཡོན་བསྟན་པ། བདེ་བ་  
ཤིན་ཏུ་འཕེལ་བར་འགྱུར། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་ཆངས་པའི་འཇིག་རྟེན་ལ་སོགས་པར་  
སྤྱིས་ཤིང་གཞོད་པ་མེད་པའི་བདེ་བའམ། མཐར་ཐུག་པའི་བདེ་བའོ། །ཅིའི་ཕྱིར་  
བྱམས་པའི་སེམས་ཀྱིས་དེ་ལྟར་བདེ་བར་འགྱུར་ཞེ་ན། བཤད་པ། དཔག་ཏུ་མེད་  
པའི་བསོད་ནམས་བསགས་པ་དེ་དང་འབྲེལ་བས་ཐམས་ཅད་ལ་བདེ་བར་བྱེད་པའི་  
ཕྱིར་རོ་ཞེས་བསྟན་ཏོ། །

གལ་ཏེ་གང་ཞིག་སྲོག་ཆགས་འགའ་ལ་ཡང་སྤང་མེད་སེམས།།

བྱམས་པར་བྱེད་ན་དེ་ཡིས་དེ་ནི་དགོ་བ་ཡིན།།

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ནི་ཡིད་ཀྱིས་བཅེ་བྱས་ན།།

བསོད་ནམས་ལ་ལ་ཆེར་འཕགས་བས་རབ་ཏུ་བསྐྱབ་པར་འགྱུར། ༧༡།

གལ་ཏེ་འགའ་ལ་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སེམས་ཅན་གཅིག་ལ་ཡང་བྱམས་པར་བྱེད་  
ན་ཞེས་བྱ་བ་འདི་སྤྱད་པར་བྱའོ། །སྤང་མེད་སེམས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བྱམས་པ་སྟེ།  
བྱམས་པ་ནི་སྤང་བ་མེད་པའི་རྩོམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །བྱམས་བྱེད་ན་ཞེས་བྱ་བ་  
ནི་བྱམས་པས་ཡོངས་སུ་བཟུང་ཞིང་དམིགས་པའོ། །དེ་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བྱམས་པ་  
ལ་གནས་པའི་རྣལ་འབྱོར་པའོ། །དགོ་བ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གང་གིས་བྱེད་པར་དུ་  
དགོ་བར་གྱུར་བ་སྟེ། དཔག་ཏུ་མེད་པའི་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཆོགས་བསགས་པའི་  
ཕྱིར་རོ། །གང་གིས་དགོ་བ་ཡིན་ཞེ་ན། དེ་ཡིས་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། སེམས་ཅན་གཅིག་  
ལ་བྱམས་པར་དམིགས་པས་སོ། །ཇི་སྐད་ཏུ་བཤད་པ། དགོ་སྤྱོད་དག་འདི་ལྟ་སྟེ་  
དཔེར་ན་སྟེས་བྱ་ཞིག་ཉིན་རེ་ཞིང་བང་བ་སུམ་བརྒྱ་བྱིན་པར་བྱེད་པ་པས་ཞེས་བྱ་  
བ་ལ་སོགས་པ་རྒྱ་ཆེར་རོ། །སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྲོག་ཆགས་  
ཐམས་ཅད་དོ། །ནིའི་སྐྱེ་ནི་བྱེད་པར་གྱི་དོན་ཏེ། གང་སེམས་ཅན་གཅིག་ལ་བྱམས་  
པར་བྱེད་པ་དེ་ཡང་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཆོགས་དཔག་ཏུ་མེད་པ་བསགས་པར་གྱུར་  
ན། གང་ཡང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ཡིད་ཀྱི་བཅེ་བ་བྱས་ཤིང་བྱམས་པས་  
འཇུག་ལ་སྤྱིང་རྩེ་བར་བྱེད་པ་ལྟ་ཅི་སྟོས་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །པལ་ཆེན་ཞེས་བྱ་བ་  
ནི་བསོད་ནམས་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་དང་སྤྱད་རོ། །འཕགས་པ་ནི་སྟེ་མོ་  
དམ་པ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ཏེ། །བསྐྱབ་པར་འགྱུར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྟེ་ལ་བར་འགྱུར་བ་



དང་ཐོབ་པར་འགྱུར་བའོ། །བསོད་ནམས་ནི་ལེགས་པར་སྤྱད་པའི་ཚོགས་ཏེ། ཚོས་  
ཆེན་པོ་དེ་ལྟར་བྱེད་ན་རི་ལྟར་བདེ་བ་ཁྱད་པར་ཅན་མི་འཕྲོལ། བསོད་ནམས་དེ་  
ལས་བྱུང་བའི་དྲིས་ནི་ཟང་ཟིང་མེད་པའི་དགའ་བ་སྤྱོད་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བསྟན་  
པའི་ཕྱིར། མི་གང་དགའ་བའི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྤོས་སོ། །

མི་གང་དགའ་བའི་སེམས་དང་ནི།

ཞུས་པ་མེད་པའི་ཡིད་ཀྱིས་སྟ།

དགོ་བའི་ཚོས་ལ་སྤོས་བྱེད་བ།

གྲུབ་པ་དང་ནི་བདེ་བ་འཕྲོལ་། ༧།

རྒྱལ་པོ་མ་སྤྱེས་དགས་བརྩན་མའི་འཁོར་དང་ཤིན་ཏུ་བཅེ་བ་དེ་རྒྱལ་པོའི་ཁབ་  
ན་གནས་པའི་མི་རྣམས་ཀྱིས་མཐོང་ནས་ཀྱེ་མའོ་བདེའོ་ཀྱེ་མའོ་དགའོ་ཞེས་རྫོང་  
པར་བྱེད་དེ། དེ་ལྟ་དགོ་སྤྱོད་དག་ལས་གསན་ནས་ཆོགས་སྟེ་བཅད་བ་གསུམ་  
གསུངས་སོ། །གཞན་དག་ནི་གནས་བརྩན་དགོ་སྤྱོད་རྒྱལ་སེམས་ཤིན་ཏུ་གཡེང་བ་  
ཆེ་བ་ལས་བརྩམས་སོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །གང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སེམས་ཅད་ནོ། །དགའ་  
བའི་སེམས་དང་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བྱམས་པ་ལ་སོགས་པ་བསྤོས་པས་ཡིད་དགའ་  
ཞིང་དགོ་བ་འབྱུང་པར་བསྟན་ཏོ། །མི་ནི་རྣལ་འབྱོར་པའོ། །ཞུས་པ་མེད་པའི་ཡིད་  
ཀྱིས་སྟ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཞུས་པ་མེད་ཅིང་མ་བསྟུས་ལ་དགོ་བའི་བྱ་བ་དག་ལ་མི་  
དམན་ཞིང་སྤྲིག་པ་དག་ལ་མི་སེམས་པ་དང་། །བརྩོན་འགྲུས་ཁྱད་པར་ཅན་དང་  
ལྡན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དགོ་བའི་ཚོས་ལ་སྤོས་བྱེད་བ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདྲོད་པའི་  
འབྲས་བྱ་ལ་གོམས་པར་བྱ་བ་སྟེ། རྒྱལ་བྱིམས་དང་ཉིང་རེ་འཛིན་ལ་སོགས་པ་  
པའོ། །ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། གྲུབ་དང་བདེ་བ་ཐོབ་བྱའི་ཕྱིར། །ཞེས་བྱ་བ་སྤོས་ཏེ། ཞི་

གནས་དང་ལྷག་མཐོང་གི་བདག་ཉིད་ཟུང་ནི་བྱ་བ་བཤོ། །དེས་ཐོབ་པ་ནི་བདེ་བ་  
སྟེ། མི་འཇིགས་པའི་གོ་འཕང་ཐར་བ་འཐོབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །གང་དེ་ལྷར་དགེ་བ་ལ་  
འདུན་ཅིང་བསམ་བ་དང་སྒྲུང་བ་བུན་སྤྲུམ་ཆོགས་པ་དེ་ནི་བྱུང་བར་ཆེན་པོ་འཐོབ་  
པོ་ཞེས་བསྟན་པའི་ཕྱིར།

ཡང་དག་ཤེས་པས་རྣམ་ཐོལ་ཞིང་།།

སྒྲོ་བ་ཉེ་བར་ཞི་གྱུར་བ།།

དེ་ཡིས་ཡིད་ནི་ཞི་གྱུར་ཅིང་།།

ལུས་དང་ངག་གི་ལས་ཀྱང་ཞི།༥༩།

ཡིད་ནི་ཞིར་གྱུར་ཅིང་ཞེས་བྱ་བ་སྒྲོས་ཏེ། རྟོན་པ་ལ་སོགས་པ་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །  
ལུས་དང་ངག་གི་ལས་ཀྱང་ཞི། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཞི་ཞིང་ཡང་དག་པར་སྒྲོམ་པ་ཞེས་  
བྱ་བའི་དོན་ཏེ་སེམས་ཉེ་བར་ཞི་བས་སོ། །ལམ་གྱི་ཆོགས་བསྟན་ནས་དེའི་འབྲས་  
བྱ་བ་གད་བ། ཡང་དག་ཤེས་པས་རྣམ་ཐོལ་ཞིང་། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་  
པའི་ཤེས་པ་གང་གིས་རྣམ་པར་ཐོལ་བ་སྟེ། རང་དབང་དུ་གྱུར་ཅིང་འཕགས་པའི་  
ལམ་བསྐྱོམས་པས་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པའི་འཆིང་བ་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །  
མཐོང་བའི་ཆོས་ལ་བདེ་བར་གནས་པ་བསྟན་པ་ནི་ཉེ་བར་ཞི་འགྱུར་བ་ཞེས་བྱ་བ་  
ཡིན་ཏེ། དེ་ཉིད་ཉེ་བར་ཞི་བ་ལས་གྱུར་པའི་དགའ་བ་ཞེས་སྒྱུར་བར་བྱའོ། །ཉེ་བར་  
ཞི་བ་ནི་ཉོན་མོངས་པས་བྱས་པའི་ཀུན་དུ་འཁྲུག་པ་སྐྱེས་པ་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །  
སྒྲོ་བ་སྐྱེས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཞན་གྱི་དོན་དུ་བྱེད་པ་ཁོ་ན་ཉིད་སྟོན་པར་བྱེད་པའི་ངང་  
ཚུལ་ཅན་ཏེ་བསྟན་པའི་སྟོན་ནས་གཞན་གྱི་དོན་ལ་བརྩོན་པ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ཏོ། །དེ་  
ལ་ཇི་ལྟ་བུའི་དགའ་བ་ཡོད་པ་ཡིན་ཞེ་ན།

རི་ལྷ་རྩེ་གཅིག་སེམས་ཀྱིས་ནི།

ཚེས་རྣམས་ལེགས་པར་མཛོང་བ་ལྟར།

སིལ་སྟན་ཡན་ལག་ལྔ་བས་ཀྱང་།

དེ་ལྟར་དགའ་བར་བྱེད་མི་འགྱུར། ༡༠།

ཡན་ལག་ལྔ་བས་ཀྱང་ཞེས་བྱ་བ་སྟོས་ཏེ། དཀྱོལ་བ་དང་། རྒྱུད་མངས་དང་། ཁོང་  
སྟོང་ལ་སོགས་པ་གང་རི་སྟེད་པའི་སིལ་སྟན་དང་རྩལ་མའི་བྱུང་བར་རོ། །ཡང་ན་  
རྩེ་དང་། བྱ་ར་བ་དང་། སྤྱིང་བྱ་ལ་སོགས་པའི་རྩལ་མ་འདུས་པ་ལོ། །དེ་ལྟར་  
དགའ་བར་བྱེད་མི་འགྱུར། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེ་ལྟ་བུར་འདོད་པ་ཅན་དབང་པོ་ལ་  
སོགས་པའི་དགའ་བ་ནི་མེད་པ་ཉིད་དོ། །རི་ལྷ་རྩེ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཟང་ཟེང་མེད་པའི་  
དགའ་བ་དང་རྣམ་པར་ལྡན་པར་གྱུར་པའོ། །བྱུང་བར་གྱི་ཚུལ་གྱིས་འདིར་གྱུ་བསྟན་  
པ། ཅེ་གཅིག་སེམས་ཀྱིས་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྣམ་པར་གཡེང་བ་དང་བྱལ་བའོ། །  
ཚེས་རྣམས་ལེགས་པར་མཛོང་བ་དང་། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཤེས་པ་བྱུང་བར་ཅན་དང་  
ལྡན་པའི་བྱིར་རོ། །སེམས་ཅེ་གཅིག་པས་ནི་དགའ་བ་བྱུང་བར་ཅན་དང་ལྡན་པར་  
མ་ཟད་དེ། འདིར་འཇིག་རྟེན་པའི་སེམས་བདེ་བ་ཡང་འཛོལ་བ་ཡིན་ཞོ་ཞེས་བསྟན་  
ཏེ། གང་ཡིད་ཏིང་འཛིན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་སོ། །

གང་ཡིད་ཏིང་འཛིན་ལ་དགའ་བ།

དེ་དག་འདོད་པས་ཅེ་མི་བྱེད།

གང་ཞིག་རྩྱང་ཟད་གདུང་མེད་པའི།

སྟོབ་པ་བདེ་བར་ཉལ་བར་འགྱུར། ༡༡།

གང་ཡིད་ཉིང་འཛིན་ལ་དགའ་བ།

དེ་དག་འདོད་པས་ཅེན་མི་བྱེད།

གང་ཞིག་ཅུང་ཟད་གཏུང་མེད་པའི།

སྐབ་བ་ཀྱི་མཐོ་དགའ་བར་འགྱུར། ༡༩།

དགའ་པོ་སྤྱན་དེ་རི་ཀ་དང་བྲལ་བས་སྤྱག་བསྐྱལ་ཞིང་མཚན་མོ་གིན་ཏུ་དུ་བར་བྱེད་  
ལ། དེ་བཞིན་དུ་སྤྱང་ན་དང་ཡོངས་སྤྱ་མི་བདེ་བར་ཡང་བྱེད་དོ། །དེ་ཉིད་ཀྱི་དགོན་  
བ་ན་སྤྱོད་བ་བ་མང་དུ་གནས་ཏེ་དེ་དག་གིས་དེ་མཐོང་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་  
གསུངས་པའི་ཆོག་སྤྱ་བཅད་པ་གཉིས་བཤད་དོ། །བདེ་བར་ཉལ་བར་འགྱུར་ཞེས་  
བྱ་བ་ནི་མཚན་མོ་གཉིད་ཀྱི་བདེ་བ་ཉམས་སྤྱ་སྤྱོད་བར་འགྱུར་བ་སྟེ། གཏུང་བ་མེད་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །འདོད་པ་ཅན་དག་ནི་མི་ལས་ན་ཡང་སྤྱག་བ་དང་བྲལ་བས་ཡོངས་  
སྤྱ་གཏུང་བར་བྱེད་པ་ཉིད་དོ། །བརྟན་པ་ནི་འདི་ལྟ་བུར་སྤྱོད་བ་བ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་ཡིད་  
བརྟན་བར་གནས་པའོ། །ཡང་ན་མཁས་པས་སོ། །དེ་ཡང་གང་ཡིན་ཞེ་ན། གང་  
ཞིག་ཅུང་ཟད་གཏུང་མེད་པའི། །ཞེས་སྤྱོད་ཏེ། འཁོར་བའི་དངོས་སོ་ལ་བརྟེན་ནས་  
ཅུང་ཟད་ཀྱང་ཉམས་སྤྱ་སྤྱོད་བར་མི་བྱེད་དོ། །དེ་དག་འདོད་པས་ཅེན་མི་བྱེད། །  
ཅེས་བྱ་བ་ལ་གང་དག་མི་བརྟན་པའི་སེམས་ཅན་དེ་དག་ནི་བྟན་པས་དགའ་བར་  
བྱེད་ཅིང་དེ་ཉིད་ལ་གནས་པས་ནི་སྤྱང་ན་བྱེད་དོ། །བརྟན་པ་ནི་འདོད་པའི་འདོད་  
ཆགས་ཀྱིས་ཆགས་པའམ་ཉམས་བར་མི་བྱེད་དོ། །དེའི་སྤྱོད་དེ་ཡང་མི་དབེན་པ་  
བཞིན་དུ་སྤྱོད་དང་ལྡན་པའོ།

ཡང་ན་བརྟན་པ་དེ་དང་ལྟན་ཅིག་མི་གནས་པའོ། །བརྟན་པ་བསྐྱེད་པའི་རྒྱ་  
སྤྱས་པ། གང་ཡིད་ཉིང་འཛིན་ལ་དགའ་བ་ཞེས་སྤྱོད་ཏེ། གང་དག་ཉིང་འཛིན་

རྣམ་པ་བཞི་ལ་མངོན་པར་དགའ་བའི་སེམས་སོ། །འདོད་བ་ནི་མི་བརྟན་བ་སྐྱེད་  
 བར་བྱེད་དོ། །ཡང་ན་གཉིད་མ་ལོག་པའི་གནས་སྐབས་ན་ཡང་དེ་དག་དགའ་བའི་  
 ཞེས་བརྟན་པའི་ཕྱིར་སྐྱས་བ། དགའ་བར་འགྱུར་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། རབ་རྩ་མགུ་བའོ། །  
 གྱེ་མའི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མགུ་བའོ། །གང་ཡིན་ཞེ་ན། ལུབ་བ་ཞེས་སྒྲིམ་ཏེ་མི་སྒྲོབ་བའོ། །  
 དེ་གང་ཡིན་ཞེ་ན། གང་ཞིག་རྩལ་ཟད་གདུང་མེད་པའི། །ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །  
 གང་གི་ཕྱིར་དེ་ཡང་སྤྲུག་བསྐྱེད་པར་ཉལ་བར་མི་བྱེད་ཅིང་སྒྲོ་བར་མི་བྱེད་ཅེ་ན།  
 གང་གིས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྒྲིམ་སོ། །བྱམ་པ་དང་ཉེ་བའི་བྱམ་པ་ཞེས་བྱ་  
 བའི་གནོད་སྦྱིན་གཉིས་གཤམ་སྤྲད་པ་ལས་ཆེ་དང་ལྡན་པ་ལྷ་རིའི་བྱ་འགོག་པའི་  
 སྒྲིམས་པར་འཇུག་པ་ལས་ལངས་ནས་ཡུན་མི་རིང་བར་བྱ་གོད་ཀྱི་ཕྱང་པོའི་མངོན་  
 བར་སྐབས་ཡོད་པ་ཞིག་ན་འདུག་པར་གྱུར་ཏོ། །འདི་ལ་ཁ་ཚུར་གྱིས་མ་བརྒྱབ་  
 ཅིག་ཅེས་བརྒྱུག་པ་དང་། གནོད་སྦྱིན་བྱམ་པ་དེས་དེའི་མགོ་ལ་མཆོན་བསྐྱེད་པར་  
 གྱུར་ཏོ་ཞེས་པ་ནས་རི་ཅིམ་ན་རང་གི་ལུས་ཀྱིས་དཔྱལ་བ་ཆེན་པོར་སྐྱེས་ཏེ། ཆེ་  
 དང་ལྡན་པ་ལྷ་རིའི་བྱ་རེ་ཞིག་དེའི་ཕྱིར་མི་དགའ་བར་གྱུར་ཏེ་དེ་ལས་བརྒྱུ་མས་  
 བས་འདི་གསུངས་སོ། །

གང་གི་སེམས་ནི་བྲག་ལྷ་བྱུང་།

རབ་རྩ་གཡོ་བ་མེད་འདུག་བ།

ཆགས་པའི་གནས་ལ་མི་ཆགས་ཏེ།

སྒྲོ་བའི་གནས་ལ་འཇུག་མེད་པར།

གང་ཡིད་དེ་ལྟར་གྱུར་པ་དེ།

སྤྲུག་བསྐྱེད་ཐོབ་པར་ག་ལ་འགྱུར། ༡༣།

གང་གིས་སེམས་ནི་བྲག་ལྟ་བུར། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་རི་དང་འབྲེལ་བའི་སེམས་སོ། །གང་  
 ཞིག་རི་དང་འབྲེལ་བ་ཡིན་ཞེ་ན། རབ་ཏུ་གཡོ་བ་མེད་པའི་བྱིར་ཏེ། གང་དེ་དང་དེའི་  
 རྣམ་པར་འགྱུར་བའི་རྒྱས་སོ། །དེ་ཉིད་སྤྲུལ་བ། འདུག་པ་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ་རྣམ་  
 པར་གཡེངས་པ་མེད་པས་སོ། །རབ་ཏུ་གཡོ་བ་མེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འགྱུར་བ་མེད་  
 ཅིང་བབ་ཅོལ་དུ་མི་གཡོས་པའོ། །ཅིའི་བྱིར་ཞེ་ན། འདི་སྤྱར་ཆགས་པའི་གནས་ལ་  
 མི་ཆགས་ཏེ་ཞེས་བྱ་བ་སྤོས་ཏེ། འདོད་པའི་ལོངས་སྤྱོད་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་དོན་  
 རྒྱབ་ཀྱིས་བསྟུན་པའོ། །ཁོ་བའི་གནས་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཞེ་སྤང་སྤྱེ་བའི་ཡུལ་ལའོ། །  
 འཇཉག་མེད་པར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རབ་ཏུ་ཁོ་བ་མེད་པ་སྟེ། འདིས་ནི་འདོད་པ་ལས་འདོད་  
 ཆགས་དང་བྲལ་བར་བསྟན་ཏེ། དེ་སྤོན་འགྲོ་བས་ཁམས་གོང་མ་ལས་འདོད་ཆགས་  
 དང་བྲལ་བའོ། །གང་ཡིད་དེ་ལྟར་གྱུར་པ་དེ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྤར་བསྟན་པར་འགྱུར་  
 བ་སྟེ། མི་སྤོད་པའི་བྱིར་རོ། །སེམས་གདུལ་བའི་རིམ་པ་བསྟན་པའི་བྱིར་སྤྲུལ་བ།  
 སྤྱར་བ་མི་གང་བ་གཞོད་མི་བྱ། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྤོས་སོ། །

སྤར་བ་མི་གང་བ་གཞོད་མི་བྱ།

སོ་སོར་ཐར་བས་བསྟན་པར་བྱ།

ཐས་ཀྱི་ཚོད་ཀྱང་ཤེས་པར་བྱ།

བས་མཐའ་དགོན་པར་གནས་བྱ་ཞིང་།

ལྷག་པའི་སེམས་ལ་རྣལ་འབྱོར་བྱ།

འདི་ནི་སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་ཡིན། ༡༧

ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་སྤྱོད་ཀྱི་ཉན་ཐོས་ཚུལ་ཁྲིམས་  
 ཅམ་གྱིས་ཚོག་པར་འཛིན་ཅིང་རབ་ཏུ་ཞུགས་པ་སྤངས་པ་དང་། ཏུག་ཏུ་ཡིད་གྱིས་

སྐྱར་པ་བདེ་བས་མིང་དེ་དག་ལ་གཞོད་པར་གྱུར་ཏེ་དེའི་ཕྱིར་སོ་སོར་ཐར་པ་ཐོག་  
མར་འདི་བསྟན་རྟོ། །གཞན་དག་ནི་མཉན་ཡོད་ན་དགེ་སྤྱོད་རབ་ཏུ་མང་པོའི་འཁོར་  
དག་གིས་བྱི་ཞིག་གི་བ་མཐོང་སྟེ། དེས་སྒྲའི་སྒྲོས་ཏི་མི་ཞིས་བཞོར་རྟེ། ཁ་ཅིག་ནི་  
ཆོག་ངན་པ་སྐྱ་པར་བྱེད་དེ། སུ་ཞིག་གིས་བྱུ་པོའི་ལམ་སྲང་ཆེན་པོ་འདིར་བོར་  
ཞེས་ཟེར་རོ། །ཆེ་དང་ལྡན་པ་ཀུན་དག་འཕོ་ནི་བསྟགས་པ་བཞོད་དེ། འདིའི་སོ་ནི་  
དུང་ལྟར་དཀར་རོ་ཞེས་པ་དང་འདི་གསན་ནས་གསུངས་སོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །སྐྱར་པ་  
ནི་འབྲུ་བ་སྟེ་གཞན་གྱི་སྒྲོན་སྒྲོགས་པའོ། །དེ་དག་ག་པ་ནི་སྐྱར་པ་མི་གདབ་པའོ། །  
གཞོད་མི་བྱ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གང་སེམས་ཀྱིས་ཀྱང་གཞན་ལ་འཆོ་བ་མི་བྱ་ཞིང་མི་  
བསམ་ན་ལུས་ཀྱིས་ལྟ་ག་ལ་བྱེད་པའོ། །ལེགས་པར་སྤྱོད་པ་གཞན་བསྟན་ནས་  
ཡང་དག་པར་སྤངས་པའི་བདག་ཉིད་ཀྱི་སྤྲོས་པ་དང་འབྲེལ་བ་སྐྱས་པ། སོ་སོར་  
ཐར་པས་བསྟན་པར་བྱ། ཞེས་བྱ་བ་སྒྲོས་རྟེ། སྤྲོས་པ་མ་ཡིན་པ་ནི་སོ་སོར་ཐར་  
པའི་མཆན་མ་མེད་པའོ། །སྤྲོས་པ་ནི་ངེས་པར་འདོད་པ་ནི་སྤྱོད་པ་སྟེ་སྤང་བ་བདུན་  
གྱི་ངོ་བོའོ། །ཆོད་ཀྱང་ཤེས་པར་བྱ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཆད་ཤེས་པའོ། །ཟས་ནི་བཟའ་བ་  
དང་བཅུང་བ་སྟེ་ཇི་སྐད་དུ་བཤད་པ་དེའི་ཕྱིར་རང་གི་རྒྱས་པ་ལ་རྗེས་སུ་བལྟ་ཞིང་  
བཟའ་བར་བྱ་སྟེ། ཏ་ཅང་མི་ཆེ་བ་དང་མི་རྩུང་བ་འདིའི་ཆད་བཞིན་དུའོ། །

དེ་བཞིན་དུ་གང་ལས་ཇི་ཅམ་སྤངས་པ་དང་། གང་ཅམ་པ་ལེན་པས་སོ། །  
འདི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཁམ་གྱི་ཟས་ཀྱི་བདག་ཉིད་དེ་འདིས་ནི་འཆོ་བ་ཀུན་དུ་དག་པར་  
བསྟན་རྟོ། །བས་མཐའ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཡུལ་ལས་ཐག་རིང་བའི་ཕྱོགས་སུ་གྱུར་པ་ནི་  
བས་མཐའ་སྟེ། དགོན་པ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་རྟོ། །གནས་བྱ་ཞིང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གནས་  
མལ་བྱ་བའོ། །འདིར་ཡིད་ཀྱི་མཆོན་པར་བྱས་ནས་གནས་མལ་ཞེས་བྱ་བར་བསྟན་

རྟོ། །ལ་ལ་ངལ་བསོ་བས་ནི་གནས་ཙམ་ནི་གཞུང་རོ། །ལུས་ཀྱི་དཔེན་བ་བསྟན་  
ནས། སེམས་དཔེན་བ་སྦྱས་པ། །ལྷག་པའི་སེམས་ལ་ནལ་འཕྱོར་བ། །ཞེས་བྱ་བ་  
སྒྲིལ་ཏེ། བསམ་གཏན་བཞི་བསྒྲོམ་བ་དང་མི་འབྲལ་བའི་བྱེད་རོ། །འདི་ནི་སངས་  
རྒྱུ་བསྟན་བ་ཡིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་སངས་རྒྱུ་ཀྱིས་གསུངས་ཏེ། གང་ཡང་རི་  
སྐད་གསུངས་པའི་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་བསྟན་བ་ལ་འཇུག་པར་གྱུར་ན་ནི་ཐང་ཐིང་ཐེད་  
བའི་བདེ་བའང་འཛོལ་བར་འགྱུར་ཏེ། དེ་རི་ལྷ་བྱ་ཞེ་ན། སེམས་ཀྱི་རྟགས་ལ་ཞེས་  
བྱ་བ་ལ་སོགས་བ་སྒྲིལ་ཏེ།

སེམས་ཀྱི་རྟགས་ལ་མཁས་བ་དང་།།

རབ་རུ་དཔེན་བའི་རྟོན་དང་།།

རབ་དྲན་སེམས་བའི་འགྲུས་སྦྱོང་ཅན།།

ཐང་ཐིང་ཐེད་བའི་དགའ་བ་མྱོང་།༥༥།

སེམས་ནི་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་བ་ལ་སོགས་པའི་རྟགས་ཀྱི་རྣམ་བ་སྟེ། གཙང་  
མའི་མཚན་མ་ཡིད་ལ་བྱེད་ཅིང་ཡིན་རུ་ཡིད་དུ་འོང་བའི་རྣམ་བ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་རྟོ། །  
རྒྱང་བ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་བ་ཡོད་པའི་བྱེད་སེམས་འདི་ནི་ཉོན་མོངས་བ་ཡིན་ལ་  
ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པས་འདི་ནི་ཉོན་མོངས་བ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་མིག་ལ་སོགས་  
བའི་རྣམ་པར་ཤེས་བ་ཡོངས་སུ་གཙོད་བ་དེ་ནི་རྟགས་ལ་མཁས་བ་ཞེས་བརྗོད་  
དོ། །ཡང་ན་སེམས་ཀྱི་རྟགས་སམ་འབྲེལ་བ་སྟེ། རི་སྐད་དུ་བཤད་པ། མིག་དང་  
གཞུགས་ལ་བརྟེན་ནས་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་བ་སྒྲིལ་ཞེས་བྱ་བ་རྒྱ་ཆེར་རོ། །དེ་  
ལ་མཁས་བ་ནི་རྟགས་བ་སྟེ། ཁོང་དུ་རྒྱད་པའོ། །འདིས་ནི་གསུང་རབ་ཀྱི་དོན་ལ་  
མཁས་ཤིང་མང་དུ་ཐོས་པར་བསྟན་རྟོ། །དེ་བས་ན་གཉེན་པོ་དང་གཉེན་པོ་མ་ཡིན་



བ་ལ་མཁས་པ་ཡིན་ནོ། །མང་དུ་ཐོས་ཀྱང་གཡེང་བར་གྱུར་ན་ནི་རི་ལྟ་བུ་བཞེན་དུ་  
 རུས་པར་མི་འགྱུར་རྟེ། དེས་ན་རབ་རྒྱ་དབེན་བ་ནི་རྣམ་པ་གཉིས་སུ་བཤད་དེ་ལུས་  
 དང་སེམས་སོ། །རབ་རྒྱ་དབེན་པའི་རོ་ནི་མི་གཙང་བ་ལ་སོགས་པ་ཡིད་ལ་བྱེད་  
 ཅིང་མངོན་དུ་བྱེད་ཅིང་མངོན་དུ་བྱེད་པའོ། །དེ་རྙེད་བ་ནི་རྟོགས་པའོ། །མི་གཙང་བ་  
 ལ་སོགས་པ་གྲུབ་ན་ནི་ཞི་གནས་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བསྟན་པའི་ཕྱིར་སེམས་པ་  
 ཞེས་སྒྲིམ་རྟེ། སེམས་པ་ནི་བསྒྲིམ་པའོ། །ཡང་ན་སྒྲིམ་པའི་ངང་ཚུལ་འདི་ལ་ཡོད་  
 བ་དེ་ནི་སེམས་པའོ། །འགྲུས་སྒྲིང་ཅན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེས་པར་ཡོངས་སུ་སྒྲིང་བར་  
 བྱེད་པ་སྟེ་སྟེ་ཐོ་དམ་པའི་ཡོན་ཏན་སྟག་བསྐལ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེས་པའི་ཆོག་སྟེ།  
 བག་ཡོད་པ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་རྟོ། །དེ་བས་ན་བག་ཡོད་པ་གྲུབ་ནས་ནི་ཞི་གནས་  
 སུ་བྱེད་དོ། །འན་པ་ཉེ་བར་གཞག་པ་བསྒྲིམ་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བསྟན་པའི་ཕྱིར་རབ་  
 འན་ཞེས་བྱ་བ་སྒྲིམ་རྟེ་ལུས་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་རེ་རེའི་རྣམ་པར་འན་བས་ཡོངས་  
 སུ་བཟུང་ཞིང་རྒྱ་དང་མངོན་དུ་བྱས་པ་སྟེ། ལུས་ལ་སོགས་པ་འན་པ་ཉེ་བར་གཞག་པ་  
 ཞེས་བྱ་བའི་དོན་རྟོ། །ཆོགས་ཀྱི་ལམ་དུ་གྱུར་པ་འན་པ་ཉེ་བར་གཞག་པ་ལ་བརྟེན་  
 ནས་མཐོང་བའི་ལམ་གྱི་བདག་ཉིད་འཕྲོལ་བར་འགྱུར་གྱི་གཞན་ལ་བརྟེན་བས་ནི་  
 མ་ཡིན་ཏེ་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ནི་རྟོ་རྟོ་བྱུང་བའི་ཉིང་དེ་འཛིན་གྱང་འཕྲོལ་བ་ཡིན་ནོ། །  
 འཕྲོལ་བ་ནི་ཟག་པ་མེད་པའི་བདེ་བ་མེད་པ་ཟད་པའོ། །སེམས་དུལ་བས་ནི་བདེ་བ་  
 འཕྲོལ་བ་ཡིན་གྱི་སྟག་བསྐལ་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བསྟན་པའི་ཕྱིར། གང་ཞིག་ཡིད་  
 གཞུངས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྒྲིམ་སོ། །

གང་ཞིག་ཡིད་གཞུངས་དབེན་དགའ་བདེན་གནས་བས།

རྟག་རྒྱ་རང་གི་ལུས་ཀྱིས་སྒྲིང་ལམ་དང་།

**སྤྱད་ཡིད་ནི་སྤྱད་བར་བྱེད་བ་དེ།**

**སྤྱད་ན་སྤྱད་ཞིང་སྤྱག་བསྐྱེད་འཛོལ་མི་འགྱུར། ༡༦**

འདི་ལྟར་འཕགས་པ་ཀུན་དག་འཛོལ་རིགས་ཀྱི་བྱ་གཉིས་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་ལས་སྤྱ་  
མས་ནི་དགེ་བའི་སྤྱགས་ལ་བཙུག་པར་བྱས་པས་དག་བཙུག་པའི་འབྲས་བྱ་ཐོབ་  
པར་གྱུར་ཏེ། དེ་ལས་བཅུ་མས་ནས་བཙུག་པར་བྱས་ཀྱིས་འདི་གསུངས་སོ། །ཅིག་  
ཤོས་ནི་མང་དུ་ཐེང་ཉལ་ལ་སྤྱག་པ་ཅན་གྱི་ལྷ་བ་སྤྱད་པར་བྱེད་དེ་དེ་གཉིས་ལས་  
བཅུ་མས་ནས་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་གཉིས་གསུངས་སོ། །ཡིད་སྤྱད་བར་བྱེད་བ་ནི་  
བརྒྱུ་མེས་དང་གཞོན་མེས་ལ་སོགས་པ་ཉི་ལའི་ཉོན་མོངས་བའམ་ཡུལ་ལས་  
སྤྱག་བར་བྱེད་ཅིང་དགེ་བ་ལ་འཇུག་པར་བྱེད་པ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་རྟོ། །སྤྱད་ཞེས་  
བྱ་བ་ནི་བརྗོད་པ་སྟེ། བརྒྱན་ལ་སོགས་པ་དག་ལས་སྤྱད་ཞིང་མན་བ་དང་བདེ་བ་  
དང་གཞོན་པ་མེད་པའི་ཆོག་བརྗོད་པ་ལ་སྤྱད་པར་བྱེད་པ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་རྟོ། །  
རང་གིས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བདག་ཉིད་ཀྱི་ལོ།

ལུས་ཀྱིས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཟུགས་སྤྱད་གི་ལོ། །དང་གི་སྤྱས་ནི་གསུམ་འདུས་པ་  
ཉིད་ལ་ལམ་གྱི་ཆོགས་སུ་འགྱུར་བ་ཡིན་ཏེ་གཅིག་གིས་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བསྐྱར་  
རྟོ། །ཉག་ཏུ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྒྱན་དུ་སྟེ། སྤྱད་པ་ཞེས་བྱ་བ་དང་སྤྱར་རོ། །ཉེས་བར་  
སྤྱད་པ་བཅུ་སྤངས་པའི་བྱིར་འདིའི་མན་ཡོན་བཤད་བ། སྤྱད་པ་ནི་ཡོངས་སུ་  
འདོར་བའོ། །སྤྱད་ནི་ཡིད་ལ་གཅགས་པ་ལ་སོགས་པའི་རོ་སོ་ནང་གི་གཏུང་  
བའོ། །སྤྱག་བསྐྱེད་འཛོལ་མི་འགྱུར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་བས་ངན་  
སོང་གི་སྤྱག་བསྐྱེད་འཛོལ་པར་མི་འགྱུར་རོ། །ཉོན་མོངས་བ་མེད་ན་ཡང་སྤྱིད་པའི་  
སྤྱག་བསྐྱེད་ལྷ་ག་ལ་འཛོལ་ཅེས་བསྐྱར་ཏེ། འདི་ལྟར་བདེན་གནས་པས་ཞེས་བྱ་

བ་འཕགས་པའི་བདེན་བ་བཞི་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །བདེན་དགའ་ཞེས་  
བྱ་བ་ནི་བདེན་བ་ལ་ལྟ་ཞིང་གྲུས་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་ཏེ་འདིས་ནི་བསྒྲོམ་པའི་ལམ་  
བསྟན་རྟོ། །ཡིད་གཞུངས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྒྲིན་མེད་པའི་ཤེས་བ་ཐོབ་བ་སྟེ། མི་སྒྲོབ་  
པའི་ལམ་བསྟན་རྟོ། །

མ་བསྐྱངས་བ་ཡི་སེམས་དག་ནི།

ལོག་པར་ལྟ་བས་བཅོམ་བ་དང་།

གཉིད་དང་རྟུགས་བས་ཐེལ་འོན་བ།

བདུད་ཀྱི་དབང་དུ་འགྲོ་བར་འགྱུར། ༡༧།

མ་བསྐྱངས་པའི་སེམས་དང་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་ལ་བག་ཡངས་སུ་  
འཇུག་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལ་སྒྲིབ་བ་ནི་མཐོང་བ་དང་བསྒྲོམ་པས་སྤང་བར་བྱ་བའི་  
ཉོན་མོངས་པའི་དངོས་པོ་སྟེ། དེ་ལ་མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་བ་བསྟན་པའི་ཕྱིར།  
ལོག་པར་ལྟ་བས་བཅོམ་བ་དང་། །ཞེས་བྱ་བ་སྒྲོམ་ཏེ་ཆད་པར་ལྟ་བ་ལ་སོགས་བ་  
ཉིད་ཉེ་བར་བཅོམ་པའོ། །བསྒྲོམ་པས་སྤང་བར་བྱ་བ་སྤྲོས་པ། གཉིད་དང་རྟུགས་བ་  
ཐེལ་འོན་བ། །ཞེས་བྱ་བ་སྒྲོམ་ཏེ་གཉིད་དང་རྟུགས་བ་གཉིས་ཀྱིས་རྟུག་ཏུ་བསྒྲིབས་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །བདུད་ཀྱི་དབང་དུ་འགྲོ་བར་འགྱུར། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཉོན་མོངས་པའི་  
བདུད་ཀྱི་འཁོལ་བའོ། །དེ་བས་ན་འདིར་བསྟན་བ།

དེ་བས་སེམས་ནི་བསྐྱང་བྱས་ཏེ།

ཡང་དག་ལྟ་བས་མདུན་བདར་ཅིང་།

ཡང་དག་ཀྱན་རྟོག་སྒྲིབ་ལུལ་ཅན།

ཡང་དག་སྒྲེ་དང་འཇིག་བཤེས།

གཉིད་དང་སྤྲུགས་པ་ཟེལ་གཞོན་པའི།

དགེ་སྤྱོད་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཟད་པ་འཛོལ། ༡༥།

དེ་བས་སེམས་ནི་བསྐྱེད་བྱ་ཉི། །ཞེས་བྱ་བ་སྤྱོད་ཏེ། རྒྱ་དེས་ན་སེམས་ཉེས་བར་  
 སྤྱོད་པ་དག་ལས་བསྐྱེད་པར་བྱའོ། །ཡང་དག་ཀྱན་རྟོག་སྤྱོད་ལུལ་ཅན། །ཞེས་བྱ་  
 བ་ནི་དེས་བར་འབྱུང་བ་ལ་སོགས་པའི་ཀྱན་དུ་རྟོག་པ་ལ་གནས་པ་ཉི། །གང་གི་  
 བྱིར་ཡང་དག་པའི་ཀྱན་དུ་རྟོག་པ་ནི་དེས་བར་འབྱུང་བ་ལ་སོགས་པའི་རྩལ་གྱི་  
 སྤྱོད་ལུལ་ལ་འདི་མངོན་པར་དགའ་བའི་གནས་ཡིན་ནོ། །འདིའི་སྒྲ་བས་གྱིས་ནི་  
 སེམས་ཡོངས་སུ་བསྐྱེད་པར་འགྱུར་བའི་བྱིར་རོ། །ཡང་དག་པའི་ཀྱན་དུ་རྟོག་པའི་  
 རྒྱ་ནི། ཡང་དག་ལྟ་བུས་མདུན་བདར་ཅིང་། །ཞེས་བྱ་བ་འདི་ལྟེ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་  
 བས་མདུན་དུ་བདར་ཅིང་སྒྲོན་དུ་བཏང་བ་གང་ཡིན་པའོ། །དེའི་དབང་གིས་འཇུག་  
 པའི་འབྲས་བྱ་བསྐྱེད་པ། ཡང་དག་སྤྱོད་དང་འཇིགས་པ་ཤེས། །ཞེས་བྱ་བ་ཉི། ཀྱན་  
 དུ་འཇོ་བ་དང་རྣམ་པར་འཇིགས་པ་ཟག་པ་མེད་པའི་ཤེས་པས་རྟོགས་པར་བྱེད་དོ། །  
 དེ་དག་ཐམས་ཅད་ནི་སྤྱི་བ་པ་ཡོངས་སུ་སྤྱོད་པ་ལ་གཞུང་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བསྐྱེད་ཏེ།  
 གཉིད་དང་སྤྲུགས་པ་ཟེལ་གྱིས་གཞོན་པ་ནི་སྤྱོད་པའོ། །གཉིད་དང་སྤྲུགས་པ་ཟེལ་  
 གྱིས་གཞོན་པའི་དགེ་སྤྱོད་ནི་སྤྱི་བ་པ་བཅོམ་པའི་བྱིར་བྱུང་སོ་ལྷག་མ་དང་བཅས་  
 པའི་ཐུ་ངན་ལས་འདས་པར་བསྐྱེད་ནོ། །སྤྲུག་བསྐྱེད་ཟད་པ་འཛོལ་ཅེས་བྱ་བ་ནི་  
 བྱུང་སོ་ལྷག་མ་མེད་པའི་ཐུ་ངན་ལས་འདས་པ་འཛོལ་བས་སོ། །ཡང་ན་སེམས་  
 དུལ་བས་ནི་གཞོད་པ་མང་སོ་དག་ཞི་བའོ་ལྟེ་སེམས་དུལ་པའི་ཕན་ཡོན་བསྐྱེད་པ།  
 སེམས་དུལ་ཡང་དག་སྤྱོད་པ་བདེ། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྤྱོད་སོ། །

བག་ཡོད་སེམས་ནི་བསྐྱང་བ་དང་།  
 སེམས་དུལ་ཡང་དག་ལྡོམ་བ་བདེ།  
 སྐྱེ་དགུ་སེམས་ཀྱིས་བསྐྱས་བ་དག །  
 གཅིག་ཏུ་སེམས་ཅན་དཔྱལ་བར་འཆེད། ༥༩

བག་ཡོད་སེམས་ནི་བསྐྱང་བ་དང་།  
 སེམས་དུལ་ཡང་དག་ལྡོམ་བ་བདེ།  
 སྐྱེ་དགུ་སེམས་ཀྱིས་བསྐྱས་བ་དག །  
 གཅིག་ཏུ་དུད་འཁོར་རྣམས་སུ་འཆེད། ༦༠

བག་ཡོད་སེམས་ནི་བསྐྱང་བ་དང་།  
 སེམས་དུལ་ཡང་དག་ལྡོམ་བ་བདེ།  
 སྐྱེ་དགུ་སེམས་ཀྱིས་བསྐྱས་བ་དག །  
 གཅིག་ཏུ་ཡི་དྲགས་རྣམས་སུ་འཆེད། ༦༡

འཕགས་སྐྱེས་པོས་ཤྱུ་རབ་ཏུ་མང་པོ་བསད་དེ། གསོད་བ་པོ་ནི་དཔྱལ་བ་ལ་  
 སོགས་བ་དག་ཏུ་སྐྱེས་ལ། བསད་པའི་ཤྱུ་དེ་དག་ནི་བདེ་འཁོར་དང་ཡོངས་སུ་  
 ཟུང་ན་ལས་འདས་པར་གྱུར་ནས་ཆོགས་སུ་བཅད་བ་དུག་གསུངས་སོ། །སེམས་  
 དུལ་བ་ནི་ཉེ་བར་ཞི་བའི་ལམ་ཁྱད་པར་ཅན་གྱིས་དེའི་སྒྲིན་དང་བྱལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །  
 སེམས་ཡང་དག་པར་སྒྲིན་བ་ནི་སོ་སོར་ཐར་པའི་སྒྲིན་བའི་བདག་ཉིད་དེ། དེས་  
 ཉ་དེའི་དུས་ཀྱིས་སེམས་དུལ་བའི་བདག་ཉིད་འཛོམ་བ་ཡིན་ལ། ཉིང་དེ་འཛིན་

ལས་སྐྱེས་པ་དང་ཉིང་རེ་འཛིན་ཤེས་པ་དེ་གཉིས་ཀྱིས་ནི་དོན་དམ་པའི་སེམས་  
 དུལ་བ་ཡིན་ནོ། །བདེ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བདེ་བའི་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ་བདེ་བའི་རྒྱ་ཡིན་  
 བའི་ཕྱིར་རོ། །གང་གི་ཕྱིར་དེ་བས་ན་སེམས་ནི་བསྐྱེད་བ་དང་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ།  
 སེམས་ཉེས་པར་སྐྱོད་བ་དག་ལས་ཁྱེད་ཅག་གིས་བསྐྱོག་བ་དང་ལེགས་པར་སྐྱོད་  
 བ་ལ་གཞུགས་པར་གྱིས་ཤིག་པའོ།།

བག་ཡོད་ཅེས་བྱ་བ་ནི་ཆོས་ལས་ཉམས་པར་མི་བྱེད་བ་དང་། ཉེས་པར་སྐྱོད་  
 བའི་བྱ་བ་ལ་མི་འཕྱག་པའོ། །ཅིའི་ཕྱིར་དེ་ལྟར་བཞུགས་ཅི་ན། སེམས་ཀྱིས་ཞེས་བྱ་  
 བ་སྐྱོས་ཏེ་ཡིད་བག་ཡོད་བས་བསྐྱེད་པ་ལས། བསྐྱེད་ཞེས་བྱ་བ་རྣམ་པར་སྐྱོངས་  
 བ་དང་དགེ་བ་རྣམ་པར་འཛིན་པ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ཏོ། །སྐྱེད་ཀྱི་སྔོན་ཆགས་  
 སོ། །གཅིག་ཏུ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བྱིས་པ་ཐ་མལ་པའི་རང་བཞིན་ཅན་ནོ། །སེམས་ཅན་  
 དཔུལ་བར་འཆེད་ཅེས་བྱ་བ་ནི་ཡང་སོས་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པར་སྐྱོན་པའི་འབྲས་  
 ལུ་མི་འདོད་བ་དང་སྐྱོར་རོ། །བག་མེད་པ་ཤས་ཆེ་བས་ནི་དཔུལ་བར་སྐྱེ་བར་  
 འགྱུར་ལ། འཁྲིང་གིས་ནི་དུད་འཁྲོད་དང་རྒྱུ་ནི་ཡི་དྲགས་སུ་སྐྱེ་བར་འགྱུར་རོ་  
 ཞེས་བསྟན་ཏོ། །དུད་འཁྲོའི་སྐྱེ་གནས་དག་ཏུ་ནི་སྐྱོང་ལས་སྐྱེས་པ་ལ་སོགས་པ་  
 རྣམ་པ་བཞི་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡི་དྲགས་སུ་སྐྱེས་པ་ནི་ཆ་ག་བ་དང་། བྱེ་མ་ལེབ་  
 དང་། བསྐྱེད་སྐྱེས་པ་དང་གཏོར་མ་བ་པ་ལ་སོགས་པ་ཡི་དྲགས་ཀྱི་རིགས་གངས་  
 དུག་ཅུ་དག་ཏུ་འོ། །དེ་ནི་རྒྱུ་དུ་ལ་སོགས་པའི་རིམ་བས་བག་ཡོད་པའི་སེམས་ཀྱི་  
 འབྲས་བུ་བསྟན་པའི་ཕྱིར། བག་ཡོད་སེམས་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྐྱོས་སོ།།

བག་ཡོད་སེམས་ནི་བསྐྱེད་བ་དང་།

སེམས་དུལ་ཡང་དག་སྐྱོན་བ་བདེ།

སྒྲེ་དགུ་སེམས་ནི་བསྐྱང་བ་དག །

གཅིག་ཏུ་མི་ཡི་ནང་དུ་དགའ། 69།

བག་ཡོད་སེམས་ནི་བསྐྱང་བ་དང་།།

སེམས་དུལ་ཡང་དག་ལྗོངས་བ་བདེ།།

སྒྲེ་དགུ་སེམས་ནི་བསྐྱང་བ་དག །

གཅིག་ཏུ་མཐོང་ངེས་རྣམས་སུ་དགའ། 70།

བག་ཡོད་སེམས་ནི་བསྐྱང་བ་དང་།།

སེམས་དུལ་ཡང་དག་ལྗོངས་བ་བདེ།།

སྒྲེ་དགུ་སེམས་ནི་བསྐྱང་བ་དག །

གཅིག་ཏུ་སྤྱང་ན་འདས་བ་འཛོལ། 71།

སེམས་ཀྱི་ཚམས་ཉེ་སྤྱུང་ཅུ་གཅིག་བཤོ། །

སེམས་ནི་བསྐྱངས་བ་དག་ཅེས་བྱ་བ་ནི་ལེགས་པར་སྤྱད་བ་དང་ཉེས་པར་སྤྱད་བ་  
དག་ལ་འཇུག་བ་དང་ལྗོངས་པའི་སེམས་ཉེ་གང་ལས་ལེགས་པར་བསྐྱངས་པར་གྱུར་  
ན་ནི་དགའ་བ་སྤྱི་ཚམ་པར་འགྱུར་རོ། །མིའི་ནང་དུ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འཇོམ་བྱའི་གླིང་  
ལ་སོགས་བ་དག་བཤོ། །མཐོང་ངེས་ནི་རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་བཞི་ལ་སོགས་བ་དག་  
ཏུ་ཤོ། །སྤྱང་ན་ལས་འདས་བ་ནི་སྤྱག་བསྐྱལ་ལས་ཐར་བ་འཛོལ་བཤོ། །སེམས་ཀྱི་  
ཚམས་ཉེ་སྤྱུང་ཅུ་གཅིག་བཤོ་རྣམ་པར་འབྲེལ་བ་རྫོགས་སོ། །

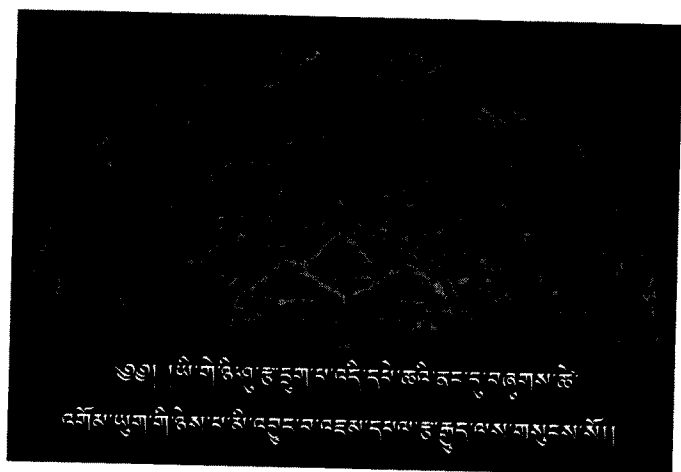




## དབར་སྐྱོན་སྒྲིབ་ཆེག

༡༡། །རྣམ་གྲོལ་ཞི་བའི་རྒྱ་མཚོར་རོག་ཅིག་ཏུ། །གཞོལ་བའི་མཐའ་ཡས་ཆོས་  
 ཚུལ་དལ་འབབ་སྒྲུང་། །ཆིག་གི་ཟེགས་མ་རེས་ཀྱང་དྲག་གསུམ་གྱི། །དི་མ་ཡོངས་  
 འཁྱུང་ལེགས་བཤད་བདུད་ཅི་འདི། །བར་དུ་བསྐྱེད་བའི་རྣམ་དཀར་ཕུང་པོའི་  
 མཐུས། །ཡང་དག་ཆོས་ཀྱི་སྒྲོལ་སྒྲིབ་ཐུག་བསྐྱེད། །གདངས་ཏེ་རྒྱུད་ལྡེའི་འགྲོ་བ་མ་  
 ལུས་པ། །དེས་ལེགས་ནོར་བུའི་མཛོད་ལ་དབང་འབྱོར་ཤོག།

ཅེས་བ་འདི་ཡང་དེར་དུས་ཡིད་སྐྱབ་ཀྱིས་རྒྱུད་བརྒྱུ་མས་བའི་སྐྱེད་ཀྱིས་སྒྲིབ་  
 མི་བཟད་བས་གངས་ལྗོངས་ཆོས་ལྷན་གྱི་ཞིང་དུ་བྱུང་བའི་བསྐྱེད་བ་རིན་པོ་ཆེ་ཉིན་མོའི་སྐྱེད་བ་  
 ལྷན་འབར་བ་དེ་ནི་མིང་གི་ལྷག་མ་ཙམ་དུ་ཉམ་ཉེས་བར་བྱས། རྒྱལ་ས་དང་རྒྱལ་ས་ན་དུལ་ལྷན་  
 གྱི་མཚོན་ཆ་སོགས་གདུག་བའི་གནོད་འཚེ་བྱ་བུའི་སྐྱེད་བ་ནི་ཉིན་རེ་བཞིན་དུ་དར་བ་སོགས་སྒྲོ་  
 ཀྱན་ནས་ལྷ་བདེའི་རྒྱུད་ཆོགས་མཚོ་ལྷན་བརྒྱལ་བ་འདི་དག་ལྷག་མེད་དུ་ཞི་ཞིང་། བྱང་རྒྱལ་ས་  
 བོད་ཁ་བ་ཙན་དུ་བསྐྱེད་བའི་མེ་རྩོད་ཡང་སྐྱེད་བཞིན་གསོས་ཏེ་རྒྱ་གར་འབགས་བའི་ལྗོངས་  
 འདིར་ཡང་བྱུང་བའི་བཞེད་དགོངས་དེ་མ་མེད་པ་དར་རྒྱས་སུ་འཕེལ་སྐྱེད་དང་། འཛམ་གླིང་  
 ཡངས་བའི་ཁྱོད་ལ་འཚེ་མེད་ཞི་བའི་ལམ་སྒྲོན་རྣམས་འདེན་པུ་ཀྱང་མེད་གཤེད་རིང་ལུགས་སྒྲོ་ཀྱན་ནས་  
 རྒྱས་བ་སོགས་འབྲལ་ཡུན་ལེགས་ཆོགས་དུ་མའི་ཆེད་དུ་དམིགས། ལྷག་ས་ནང་བསྐྱེད་ཤེས་རིག་  
 འཛིན་སྐྱོང་སྒོལ་གཉེར་ཁང་དུ། ནང་བསྐྱེད་བྱུང་མཐའ་རིས་མེད་ཀྱི་གསུང་རབ་བར་དུ་བསྐྱེད་དང་  
 བསྐྱེད་འབྱུར་གང་ལའང་སྐྱེད་ཆོག་བའི་དགེ་བཅའི་སྐྱོན་ཆེག་ཏུ་ཡུལ་དགེ་སྐྱོང་ཆོས་སྐྱ་བ་  
 དག་དབང་སྒོ་བཟང་བསྐྱེད་འཛིན་རྒྱ་མཚོས་སྐྱེད་བཤོ།



ཅུ། ཡི་གེ་ཁི་ལུ་ཅ་རྩ་ག་པ་འདི་དཔེ་ཆའི་ནང་དུ་བཞུགས་ཆེ་  
འགོས་ཡུག་གི་ཁི་པ་མེ་འབྲུང་བ་འཐམ་དཔལ་ཅ་རྩ་དཔལ་གསུངས་སོ།



བདེ་བའི་ཚམས་དང་མེམས་ཀྱི་ཚམས་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་པར་འབྲེལ་བ།



༣༡། ཆེད་དུ་བརྗོད་པའི་ཚམས་ཀྱི་རྣམ་པར་འབྲེལ་བ་ཞེས་བྱ་བའི་བསྟན་བཅོས་  
འདི་ནི། སློབ་དཔོན་ཆེན་པོ་ཤུལ་མཆོད་པ་སྟེ་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་ཐོག་མའི་གས་  
ཤིག་ཏུ་འདྲ་ཞིང་། བརྒྱ་ཕྱག་བརྒྱ་གཅིག་པའི་ནང་པ་རྩི་ཏེ་ཐུག་རྒྱ་དང་ལྷ་  
ཆེན་གྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་བཞེ་བྱུ་སྟོ་གྲོས་རྣམ་གཉིས་ཀྱིས་བསྟར་ཅིང་ལྷས་ཏེ་གཏན་ལ་ཕབ་  
པ་ཞིག་གོ། སྦྱིར་ན་ཚམས་ཀྱི་རྣམ་པར་འབྲེལ་བ་འདི་ནི་ད་ཕྱག་དཔེ་མདའ་ཆད་མ་  
གཉིས་ཀྱི་ཐོངས་ཆད་དུ་བཞུགས་ཡོད་པས། དེ་བ་རེ་རེར་བཀོད་ན་རྩུང་བཤད་མཐུག་  
པའི་རྒྱུ་གྱིས་སྟོག་སྟོ་བ་ལ་གཤམ་བྱེད་པར་བསམས་ཏེ། འདི་ནས་དེ་བ་སྟེང་ཆེ་ཆུང་  
སྟོམ་པོར་འགོད་པར་དམིགས་ནས། བདེ་བའི་ཚམས་དང་མེམས་ཀྱི་ཚམས་གཉིས་  
ཀྱི་རྣམ་པར་འབྲེལ་བ་འདི་ཁོལ་བྱུང་གིས་ནང་ཆོས་དེ་བ་སྟེང་བརྒྱ་དགུ་པའི་ངོ་བོར་  
དཔར་སྟུན་ལྷས། གཞུང་འདིར་དུས་རྒྱུ་ལྷ་ཅག་གི་ཉིན་རེའི་འཆོ་བའི་ཁྲོད་མཆོམས་  
མི་ཆད་པར་མིག་མཐོང་ལག་ཟེན་གྱིས་མཐོང་རྒྱ་ཡོད་པ་དག་ཟུར་འདོན་ར་སྟོད་ཀྱི་  
ལམ་ནས་གསུངས་འདུག་པས། སྟོག་པ་པོའི་མེམས་རྒྱུད་ལ་ཕན་ཆེ་བ་མ་ཟད་གཞུང་  
འདིའི་ཆོགས་བཅད་པལ་མོ་ཆེའི་འབྲེལ་བའི་སྐབས་སུ། སྐབས་བབ་ཀྱི་གདམས་པ་  
དེ་དག་གསུངས་དགོས་པའི་སྟེང་གཞི་དང་གསུང་ལུལ། མི་སྣ་དང་བྱུང་རབས་སོགས་  
གསལ་བར་བཀོད་ཡོད་སྟབས། གཞུང་འདིར་ལྷ་སྟོག་བྱས་པ་དང་མཉམ་དུ་སངས་  
རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་མཛད་པ་རྣམ་ཐར་དག་གྱང་ཞོར་དུ་ངེས་སུ་བ་ཞིག་ཡོད་  
པས་གཅིག་གོ་བརྒྱ་ཆེད་དུ་བྱུང་འདུག་གོ།

ISBN 978-93-83441-77-8



9 789383 144177 8

₹155